Crescer

GRAVIDEZ OS PALPITES QUE VOCÊ OUVE NO TRABALHO – E COMO REAGIR A ELES + **ESCARLATINA** TIRE SUAS DÚVIDAS SOBRE A DOENÇA

INFORMAÇÃO E INSPIRAÇÃO PARA MÃES E PAIS

OS **30** **MELHORES** LIVROS INFANTIS **DO ANO**

DESCUBRA OS TÍTULOS ESCOLHIDOS, PARA QUE IDADE SÃO INDICADOS E QUAIS OS PRINCIPAIS MOTIVOS PARA INCENTIVAR A LEITURA NA SUA CASA

DO **LEITE** MATERNO AO DE CAIXINHA – O PAPEL DE CADA UM NA ALIMENTAÇÃO DAS CRIANÇAS

CUIDADO COLETIVO

POR QUE MUITAS FAMÍLIAS ESTÃO OPTANDO POR ABRIR **CRECHES EM CASA** E COMPARTILHAR A CRIAÇÃO DOS FILHOS

HORA DO CASTIGO

SERÁ QUE ESSE É O MELHOR CAMINHO PARA EDUCAR SEU FILHO? COMO FAZÊ-LO ENTENDER, DESDE BEBÊ, QUE TODA AÇÃO TEM UMA CONSEQUÊNCIA? MOSTRAMOS O QUE DIZEM AS MAIS RECENTES PESQUISAS, OS ESPECIALISTAS E OS PAIS

EDITORA GLOBO 65 ANOS

ISSN 0104-3986 00283

9 770104 398006

JUNHO 2017 | Nº 283 | R$ 14,00

CARGA TRIBUTÁRIA FEDERAL APROXIMADA 4,65%

Tiny Love™

Cada um de nossos produtos é projetado para satisfazer as necessidades de pais e bebês estimulando os sentidos das crianças e ajudando no desenvolvimento.

Gyminis®

Tapetes de Atividades

A inovadora e premiada série Gymini oferece aos bebês muita diversão e estímulo enquanto os ajuda a aprimorar suas habilidades e desenvolvimento

Gyminis® Kick and Play™ Sáfari Urbano

Gyminis® 123 - Crescendo!™

Gyminis® Fundo do Mar

Meus Amigos da Natureza

Móbiles

Os Móbiles Tiny Love combinam movimentos,sons, músicas, cores e texturas para estimular o desenvolvimento emocional, intelectual e motor do bebê. As melodias suaves são ideais para embalar e envolver o sono do bebê.

Noite Estrelada

Kangy Canguru

Take Along

Cody

Acesse o site e confira outros modelos: tinylove.com.br

DISTRIBUIDOR EXCLUSIVO

(11)3361.3744
www.brasbaby.com.br
atendimento@brasbaby.com.br
facebook.com/brasbaby

tinylove.com.br
facebook.com/tinylovebrasil
atendimento@tinylove.com.br

LIVROS PARA SONHAR

NÃO TEM NADA MELHOR do que poder mergulhar no mundo da fantasia. Quando a gente é criança, mas quando adulto também (afinal, quem não precisa de um pouco de romance, comédia ou aventura nesses dias tão duramente reais?). E nada como as histórias para nos transportar para essa realidade paralela, onde tudo pode acontecer, ganhar vida, mudar de forma... Uma boa história pode estar no cinema, na letra de uma música, no teatro, na voz de alguém que amamos e, claro, nos livros. Mas como encontrar "a" história, aquela que vai tocar o coração do nosso filho quando a gente entra em uma livraria e se depara com tantos títulos? Quais são mais indicados para cada idade? E para ajudar os pais nessa tarefa de escolher uma boa obra que, há 12 anos, CRESCER publica a lista dos 30 melhores livros do ano e homenageia um escritor e/ou ilustrador com o Troféu Monteiro Lobato de Literatura Infantil. A vencedora deste ano tem um lugar especial lá em casa. As histórias dela são tão adoradas que Helena sabe várias de cor! Mas você vai ter que ler a reportagem para descobrir quem é. Não vou dar spoiler aqui, não... Além dos infantis, também decidimos dar algumas sugestões de leitura para os pais. Ao lado, a equipe da CRESCER indica um título especial e explica o motivo. A minha dica é *Terra Sonâmbula*, do Mia Couto. O livro fala sobre o quanto precisamos sonhar para poder seguir vivendo e tem uma frase que adoro: "Ria, miúdo. Rindo as alegrias acontecem". E você, que história sugere para a gente? Um beijo e até julho,

DANIELA TÓFOLI
DIRETORA DE REDAÇÃO,
MÃE DE HELENA, 8 ANOS.

DTOFOLI@EDGLOBO.COM.BR

O CASTELO DE VIDRO

JEANNETTE WALLS

Um livro de memórias que reconta a infância de uma menina em meio à miséria absoluta. É um relato sobre o amor que existe mesmo nas famílias mais imperfeitas.

NAÍMA SALEH

O ANO EM QUE DISSE SIM

SHONDA RHIMES

Um retrato sincero do quanto precisamos de ajuda com nossos filhos, de mais empatia de outras mães e aproveitar os momentos com as crianças sempre.

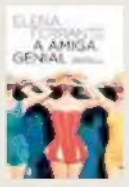
ANA PAULA PONTES

A MÁGICA DA ARRUMAÇÃO

MARIE KONDO

A maternidade é um momento especial cheio de ternura, alegrias e... novas tarefas. Para uma rotina menos exaustiva, indico para todos que adoram uma vida organizada.

AMANDA FILIPPI



A AMIGA GENIAL

ELENA FERRANTE

Além de ser uma narrativa daquelas que você não consegue largar, a autora descreve a psique da mulher de maneira extremamente direta e honesta.

VANESSA LIMA

TRINTA E POUCOS

ANTONIO PRATA

Admirável coletânea de crônicas regadas com muito bom humor sobre diferentes momentos da vida do escritor. As melhores são as que ele narra as aventuras de ser pai.

VITÓRIA BATISTOTI

FIM

FERNANDA TORRES

Leitura leve, engraçada, rápida e reflexiva na medida certa. Companhia perfeita para pausas agradáveis em uma rotina atribulada, como a dos pais.

JULIANA MALACARNE

QUARTO DE DESPEJO

MARIA CAROLINA DE JESUS

Um diário que revela a luta de uma mãe solo, negra e favelada, para garantir a sua sobrevivência e de seus filhos. O texto é de 1958 e, ainda assim, soa extremamente atual.

ALBERTO LINS

ANTOLOGIA POÉTICA

VINICIUS DE MORAES

É um afago à alma. Gostoso de ler aos poucos, quando as crianças caem no sono. Já dizia o poeta: "Que coisa louca, que coisa linda que os filhos são".

MARIA CLARA VIEIRA

PARA EDUCAR CRIANÇAS FEMINISTAS

CHIMAMANDA NGOZI ADICHIE

É uma carta aberta, de mãe para mãe, que fala sobre a questão de gênero com conselhos práticos para uma formação igualitária.

RENATA MENEZES

FOTOS: GUTO SEIXAS/EDITORA GLOBO E REPRODUÇÃO

APRESENTA

Alfabetização individualizada e gradual: respeito ao ritmo e à aprendizagem de cada criança

MUITO ALÉM DO BÊ-Á-BÁ

No século XXI, o ensino precisa ser cada vez mais diversificado. As múltiplas linguagens – artes, música, literatura e dança – devem ser aliadas do processo de aprendizagem, potencializando as capacidades dos alunos e colaborando para uma ampla formação.

Foi-se o tempo em que cabia à educação transmitir a produção cultural da humanidade e ao aluno reproduzir conhecimentos. Hoje, pensando na formação de competências fundamentais para o século XXI, as escolas precisam preparar os estudantes para um mundo que apresenta mudanças a uma velocidade nunca antes vista, para profissões que ainda não foram criadas, para tecnologias que ainda não foram inventadas e para complexos problemas de toda ordem.

Entre as várias competências que necessitam ser desenvolvidas pela escola, está a capacidade de acessar informações, de posicionar-se criticamente em relação a elas, de organizá-las e de comunicá-las. Além disso, desenvolver diferentes linguagens deve ser o alicerce de uma boa escola – e não estamos falando só de aprendizagem da língua materna.

De acordo com a Organização das Nações Unidas para a Educação, Ciência e Cultura (UNESCO), uma educação pautada no ensino de ao menos três línguas é a única forma de responder às exigências da participação no plano mundial e nacional, assim como de atender às necessidades específicas de comunidades distintas com relação à sua cultura e sua língua.

PORTUGUÊS, INGLÊS E ESPANHOL

A Móbile Integral forma alunos que têm a competência comunicativo-discursiva em dois ou mais idiomas. Tanto o inglês quanto o espanhol são utilizados não apenas nas aulas específicas desses idiomas, mas também em situações comunicativas reais, atreladas ao conteúdo acadêmico. Algumas disciplinas, no entanto, continuam a ser ministradas em português, como ocorre com a

alfabetização, que é feita na língua materna. "Nós reconhecemos a importância da língua materna e investimos em uma alfabetização individualizada e gradual, respeitando o ritmo e a aprendizagem de cada criança. Dessa maneira, todas elas chegam aos 6 anos lendo com total compreensão", diz Maria Helena Bresser, diretora-geral e fundadora da Escola Móbile.

"Uma escola, para formar um aluno para o século XXI, não pode se restringir apenas ao desenvolvimento da linguagem verbal. A linguagem musical, a corporal, a cênica e a visual também vão interferir nessa formação. Para conseguir ler o mundo, é preciso se aproximar de diversos códigos. Isso potencializa a capacidade de comunicação", afirma Tatiana Almendra, diretora da Móbile Integral.

Mas isso ainda não basta. No mundo atual, é preciso ter a capacidade de enfrentar desafios, encontrar soluções para problemas de maneira criativa e não desistir diante das dificuldades, e a escola tem um papel fundamental no desenvolvimento dessas capacidades.

Inaugurada em 2017, a Móbile Integral tem exatamente essa preocupação e conta com a tradição de mais de 40 anos da Escola Móbile, além de mais horas-aula para o desenvolvimento da capacidade criativa, do pensamento crítico, do trabalho colaborativo, da perseverança e da resiliência. "A pedagogia da Móbile Integral aprofunda algumas áreas do conhecimento para que o tempo maior na escola seja bastante proveitoso, ampliando as possibilidades do aluno de se relacionar com o mundo", explica Maria Helena Bresser.

APRENDER COM OS SENTIDOS

O currículo de Artes da Móbile Integral abrange quatro linguagens: visual, musical, corporal e cênica. "Abrimos os poros dos alunos para a relação com o mundo. Eles não estão apenas conhecendo o próprio corpo, mas se comunicando de diferentes formas. É um programa que faz com que todos os sentidos dialoguem, de modo que esse desenvolvimento se dê de uma maneira conjunta e articulada", afirma Tatiana Almendra.

Entre as várias atividades que fazem parte do currículo de Artes Visuais, a diretora da Móbile Integral destaca os Projetos Pessoais, que dão aos alunos a possibilidade de criar aquilo que desejarem. "Eles pensam um projeto, pesquisam materiais e os experimentam. Ao final, orientados pelos professores, fazem uma reflexão sobre as aprendizagens que resultam desse processo. Eles aprendem a ter pequenas metas, a gerenciar o tempo, a lidar com pequenas frustrações, além de ser perseverantes. Assim, é a partir de pequenos projetos que nossos alunos vão se formando para se tornarem pessoas capazes de sonhar e de concretizar grandes projetos de vida!"

CONFIRA OS DIFERENCIAIS DA MÓBILE INTEGRAL

- Inglês e Espanhol
- Artes
- Ciências e Tecnologia
- Letramento Digital
- Jogos Lógico-matemáticos
- Educação Física e Esportes
- Competências Socioemocionais

Saiba mais em http://www.escolamobile.com.br/mobile-integral/diferenciais-mobile-integral

PRODUZIDO POR ESTÚDIO GLOBO

SUMÁRIO

3 CARTA DA REDAÇÃO

12 CRESCER POR AÍ

14 FUNCIONOU COMIGO

17 PRIMEIRAS PALAVRAS

36
CAPA
Castigo, combinados, consequências... Saiba o que realmente funciona na hora de educar o seu filho - sem estresse!

GRAVIDEZ

28 GRÁVIDA E PROFISSIONAL
Vai trabalhar até o fim da gestação? E esse ritmo todo? Confira os palpites que surgem relacionados à carreira e como driblá-los

32 DR. TABORDA
Gravidez sem dúvidas

POLÊMICA DO MÊS

34 BARREIRA PARA O BEBÊ
Produto para cobrir o carrinho das crianças divide opiniões

SAÚDE

44 TUDO O QUE VOCÊ PRECISA SABER SOBRE LEITE
Do leite materno ao de caixinha, entenda o papel de cada um na alimentação do seu filho

50 ALERTA VERMELHO
Saiba quais são os sintomas de escarlatina e como tratar a doença

53 DRA. ANA ESCOBAR
Desenvolvimento sem dúvidas

EDUCAÇÃO

74 CRIAR JUNTO
Creches parentais: entenda como funciona esse modelo de cuidar das crianças

COMPORTAMENTO

84 NÃO FALA ASSIM!
Novo livro reflete sobre a maneira como falamos com nossos filhos

VOCÊ

88 DRA. CAROL AMBROGINI
Confissão de mãe

FOTO: GEORGIJEVIC/GETTY IMAGES

HÁ MUITAS FORMAS
DE PROTEGER SEU
BEBÊ NO PASSEIO.
ESCOLHA UMA.

athoz

Piccolina
Nano
Transbaby
Flyn
Dorano
Cocoon
Assento Seg

Empresa certificada ISO 9001:2008
SAC: 0800.773 0330 • www.galzerano.com.br

- Acessórios
- Assentos de atividades
- Andadores
- Banheiras
- Berços e cercados
- Cadeiras para carros
- Cadeiras para refeições
- Carrinhos

SUMÁRIO

54 OS 30 MELHORES LIVROS INFANTIS DO ANO
Saiu a 12ª lista da CRESCER com as obras mais bacanas para as crianças. Conheça ainda o ganhador do Troféu Monteiro Lobato de Literatura Infantil e saiba por que ler deve ser uma atividade constante aí na sua casa

90 MODA
Looks infantis inspirados no escotismo e nos acampamentos são um charme para este inverno

98 LANÇAMENTOS
Dez novidades que estão chegando ao mercado

100 FESTA
Animais do bosque deram o tom em aniversário de 1 ano

103 FAZENDO A FESTA
Seis amigas celebram a amizade em comemoração coletiva

104 SUPERFÁCIL
Dicas para preparar pacoça para a festa junina das crianças

106 DIVERSÃO
Livros, filmes, brinquedos e a coluna de Ilan Brenman

111 ENDEREÇOS

112 MARCELO TAS

113 DENISE FRAGA

114 OLHARES

NOSSA CAPA

FOTO GUTO SEIXAS/EDITORA GLOBO
PRODUÇÃO FÁTIMA SANTOS
TRATAMENTO DE IMAGEM ROBERTO BEZERRA

HENRIQUE VESTE CAMISETA DA CHICLETARIA.

NOSSOS VALORES

INFORMAÇÃO E INSPIRAÇÃO PARA MÃES E PAIS

CRESCER é a marca da mulher grávida e dos pais de crianças de até 8 anos. É companheira da mulher que tem filhos – e que ama ser mãe – mas que também quer cuidar de si própria, estudar, trabalhar, namorar. E dos pais que entendem a importância de participar do desenvolvimento de seus filhos. Queremos que a família seja cada vez mais valorizada, seja por políticas públicas ou ações na iniciativa privada que acolham melhor as necessidades de pais e mães. Acreditamos que a sustentabilidade está presente em pequenas ações e pode ser aplicada no dia a dia. Para cuidar melhor dos nossos filhos, precisamos cuidar bem do planeta. Também cremos que somente a diversidade cria ambientes democráticos e saudáveis. Incentivamos a arte e a cultura como instrumentos de felicidade e cidadania. Apoiamos o Estatuto da Criança e do Adolescente: o melhor jeito de criar os filhos é respeitando os direitos humanos. Estamos na revista impressa, nos tablets, na internet, nos smartphones, nas redes sociais, na rádio, em livros e eventos. Buscamos e filtramos as informações mais relevantes em saúde, ciências, educação e comportamento. Consultamos as fontes mais seguras e usamos dados científicos de maneira responsável. Acreditamos que existe mais de um caminho para educar as crianças e queremos ajudar pais e mães a criar seus filhos para que eles contribuam na formação de um mundo melhor.

CONSELHO CRESCER

Todos os meses, contamos com a ajuda de um grupo especial para opinar, dar ideias e avaliar cada edição

ANA MARIA ESCOBAR
PROFESSORA DE PEDIATRIA DA FACULDADE DE MEDICINA DA USP, TEM MAIS DE 32 ANOS DE EXPERIÊNCIA NA ÁREA. ESCREVE A COLUNA DESENVOLVIMENTO SEM DÚVIDAS.

WLADIMIR TABORDA É GINECOLOGISTA, OBSTETRA (CRM 54456) E DOUTOR EM MEDICINA PELA UFSP. ESCREVEU A *BÍBLIA DA GRAVIDEZ*. É PAI DE PEDRO, 36 ANOS, GABRIEL, 35, LUIZA, 26, E RAFAEL, 9.

GISELA WAJSKOP
DOUTORA EM EDUCAÇÃO PELA USP, DEFENDE O BRINCAR COMO CONTEÚDO DE ENSINO. ESCREVE A COLUNA EDUCAR PARA A VIDA. É MÃE DE FELIPE, 34 ANOS, E MARCELO, 20.

CAROLINA AMBROGINI
GINECOLOGISTA, OBSTETRA E SEXÓLOGA, FAZ AQUI A COLUNA CONFISSÃO DE MÃE. SEUS FILHOS SÃO MARINA, 9 ANOS, E VICTOR, 8.

PATRICIA MALDONADO
É JORNALISTA E MÃE DE NINA, 6 ANOS, E DE MAITÊ, 5, E, DESDE JUNHO DE 2015, SE MUDOU PARA OS EUA.

ILAN BRENMAN
É PAI DE LIS, 13 ANOS, E ÍRIS, 10, DOUTOR EM EDUCAÇÃO E UM DOS PRINCIPAIS ESCRITORES DE LITERATURA INFANTIL DO BRASIL.

MARCELO TAS
O JORNALISTA E APRESENTADOR DE TV ESCREVE A COLUNA PAI LABORATÓRIO PARA A CRESCER DESDE 2009. É PAI DE LUC, 28 ANOS, MIGUEL, 15, E CLARICE, 11.

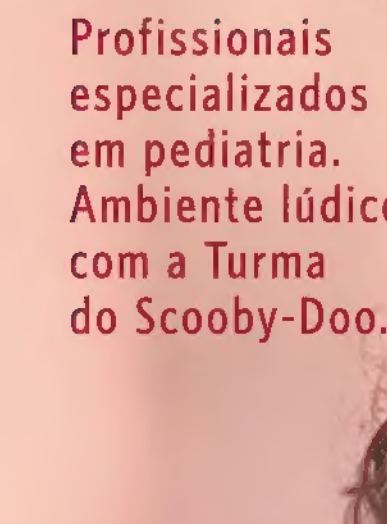
DENISE FRAGA
A ATRIZ TEM A COLUNA TRAVESSURAS DE MÃE PARA A CRESCER DESDE 2004. É MÃE DE NINO, 19 ANOS, E PEDRO, 17.

FOTO: GUTO SEIXAS/EDITORA GLOBO

MAIS DIVERSÃO.

por você

Profissionais especializados em pediatria. Ambiente lúdico com a Turma do Scooby-Doo.



Espaço Criança Scooby-Doo

- Novo espaço pediátrico pensado para proporcionar mais conveniência, segurança e melhoria na experiência das crianças e de seus pais.
- Aparelhos de ultrassonografia, tomografia computadorizada, ressonância magnética de última geração, específicos para o público infantil.

Delboni Auriemo

Atendimento ao Cliente: São Paulo - (11) 3049 6999 | Santos - (13) 4004 6999 | delboniauriemo.com.br

Cada vez melhor por você.

Responsável Técnico: Dr. Gustavo Aguiar Campana CREMESP 112181

Doe
Leite
materno

#DoeLeiteMaterno
saude.gov.br

/minsaude
/minsaude
/MinSaudeBR
/minsaude

Um pouquinho do que você doa é tudo para quem precisa.

Toda mulher que amamenta é uma possível doadora de leite humano.

Para doar, basta ser saudável e não tomar medicamento que interfira na amamentação. Entre em contato com o Banco de Leite Humano mais próximo de sua casa e informe-se.

DISQUE SAÚDE 136
Ouvidoria Geral do SUS
www.saude.gov.br

rBLH

SUS

MINISTÉRIO DA SAÚDE

BRASIL GOVERNO FEDERAL

NA EDIÇÃO ANTERIOR

SEU FILHO COME BEM?

Minha filha tem um paladar extremamente seletivo. Sofro desde a a introdução alimentar. No início, ela tinha ânsia e chegava a vomitar. Aprendi a não insistir, como está na reportagem, e a entender que, às vezes, três colheres já são o suficiente.
PRISCILA SEGALLA, MÃE DE JULIA, 2 ANOS

Meus filhos comem bem. Tem comida de verdade todo dia, mas podem um biscoito ou uma batata frita de vez em quando. Confesso que sou muito chata na hora das refeições. Se está errado, paciência, mas como dá certo há 11 anos, não mudei com o mais novo.
MILENA ZOIO, MÃE DE LARA, 11 ANOS, E MIGUEL, 3

CONSELHEIROS DE PLANTÃO

Estou grávida e tenho um filho de 4 anos. Agora está virando rotina falarem para ele (isso mesmo, falam para ele) que será excluído e que agora só teremos olhos e tempo para o bebê que está chegando.
MARÍLIA SAMPAIO, GRÁVIDA DE NICOLAS E MÃE DE VINÍCIUS, 4 ANOS

ERRAMOS!

O exercício físico ajuda a produzir endorfina, não anfetaminas – como publicamos na nota *A tristeza bate à porta*, na seção Primeiras Palavras na edição de maio.

@ MANDE SUA OPINIÃO, SUGESTÕES, DÚVIDAS E IDEIAS PARA CRESCER@EDGLOBO.COM.BR. E NÃO SE ESQUEÇA DE COLOCAR SEU NOME, E O NOME E A IDADE DE SEUS FILHOS

JOGOS DA PREGUIÇA

Quanto mais tempo passamos com as crianças, melhor. Aliás, contamos os minutos no expediente para estar com elas. Mas, confesse: há dias em que o cansaço é tão grande que você só queria se jogar no sofá e fechar os olhos, não? Acontece que a energia do seu filho é bem maior do que a sua. Nessa hora... apele para brincadeiras mais tranquilas. Vale uma gincana, para ver em quanto tempo a criança consegue trazer tal objeto até você, brincar de ver os álbuns de fotografia antigos e identificar os parentes nelas, entre outras atividades que exigem menos esforço para os adultos. No site, reunimos uma série de ideias para esses dias de esgotamento.

LÁ NO FACE

MEU FILHO DÁ UMA RISADA GOSTOSA QUANDO...

"...BRINCA COM O PAPAI."
ANINHA MARENDAZ

"...CHEIRO O PÉ DELE E FINJO QUE DESMAIO."
REBECA ALVES

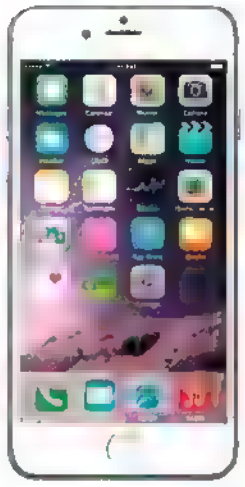
"...ESPIRRO."
ADALGIZA LILIANA

FOTOS THINKSTOCK E REPRODUÇÃO

O CONTEÚDO DO SITE É GRÁTIS

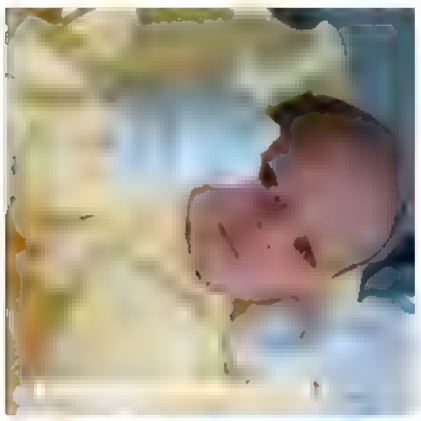
SÓ NO APP

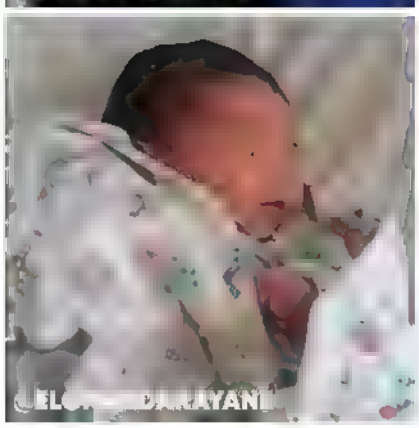
Que tal juntar duas comemorações deliciosas em uma? Se você se prepara para fazer um chá de bebê junino, não deixe de acessar nosso aplicativo para conferir ideias incríveis para celebrar a gravidez em clima de arraial. Mas é só para quem já fez o download no tablet ou no smartphone. Já baixou? É grátis! Disponível para iOS (*http://apple.co/2c63vnt*) e Android (*http://bit.ly/2cfzuCP*).



INSTAGRAM

PRIMEIRA FOTO DO BEBÊ





PRÓXIMO MÊS: USE A HASHTAG #PRONTOPARAOFRIOCRESCER

GRAVIDEZ NA REAL

No Facebook da CRESCER, a editora do site, Vanessa Lima, conversa ao vivo sobre a gravidez, semana a semana. Ela é mãe de Marina, 3, e espera o segundo bebê, Lucas, que deve chegar em setembro. Às quintas-feiras, a partir das 15 horas. Acompanhe!

34%

dos pais esperaram o bebê ter de 1 a 3 meses de vida para sair com ele. E você, quando levou seu filho para passear pela primeira vez? Confira uma reportagem sobre as primeiras aventuras do recém-nascido fora de casa e saiba como protegê-lo. Em *crescer.com.br*.

QUANDO O BEBÊ PODE SAIR DE CASA?

EXPEDIENTE

EDITORA GLOBO 65 ANOS

DIRETOR GERAL Frederic Zoghaib Kachar
DIRETOR DE AUDIÊNCIA Luciano Tourinho de Castro
DIRETORA DE MERCADO ANUNCIANTE Virginia Any

Crescer

DIRETORA DE GRUPO CRESCER, CASA E JARDIM, CASA E COMIDA E GALILEU: Paula Perim

DIRETORA DE REDAÇÃO: Daniela Tófoli (dtofoli@edglobo.com.br)
EDITORA EXECUTIVA: Ana Paula Pontes (apontes@edglobo.com.br)
EDITOR DE ARTE: Alberto Lins (alins@edglobo.com.br)
EDITORAS: Renata Menezes (rbernardo@edglobo.com.br) e Vanessa Lima (vglima@edglobo.com.br)
EDITORA-ASSISTENTE: Maria Clara Vieira (mcvieira@edglobo.com.br)
REPÓRTERES: Juliana Malacarne (jmalacarne@edglobo.com.br) e Naima Saleh (nsaleh@edglobo.com.br)
DESIGNERS: Amanda Filippi (amandaf@edglobo.com.br) e Tamy Rente (ftamy@edglobo.com.br)
ESTAGIÁRIA: Vitoria Batistoti (vbatistoti@edglobo.com.br)
ASSISTENTE EXECUTIVA: Wania Pace (wpace@edglobo.com.br)
COLABORADORES: Aryane Cararo, Fernanda Carpegiani, Fernanda Montano e Juliana Duarte (texto); Ana Maria Escobar, Carolina Ambrogini, Denise Fraga, Gisela Wajskop, Ilan Brenman, Marcelo Tas, Patricia Maldonado e Wladimir Taborda (artigos); Anselmo Cherê (revisão); Bruno Marçal, Guto Seixas, Raoni Maddalena (fotografia); Caroi Piza, Erica Folloni e Fátima Santos (produção)

TECNOLOGIA DA INFORMAÇÃO
DIRETOR DE TECNOLOGIA: Rodrigo Gosling

ESTRATÉGIA DIGITAL
COORDENADOR: Santiago Carrilho
DESENVOLVEDORES: Fabio Marciano, Leandro Paixão, Marcelo Amendola, Murilo Amendola, Thiago Previero e William Antunes

ESTRATÉGIA DE CONTEÚDO DIGITAL
GERENTE: Silvia Baueiro

MERCADO ANUNCIANTE

SEGMENTOS – FINANCEIRO, IMOBILIÁRIO, TI, COMÉRCIO E VAREJO
DIRETOR DE NEGÓCIOS MULTIPLATAFORMA: Emiliano Morad Hansenn
GERENTE DE NEGÓCIOS MULTIPLATAFORMA: Ciro Horta Hashimoto
EXECUTIVOS MULTIPLATAFORMA: Christian Lopes Hamburg, Cristiane de Barros Paggi Succ., Milton Luiz Abrantes, Roberto Loz Junior e Selma Maria de Pina

SEGMENTOS – MODA, BELEZA E HIGIENE PESSOAL
EXECUTIVOS MULTIPLATAFORMA: Eliana Lima Fagundes, Giovanna Sellan Perez, Selma Teixeira da Costa e Soraya Mazerino Sobral

SEGMENTOS – CASA, CONSTRUÇÃO, ALIMENTOS E BEBIDAS, HIGIENE DOMÉSTICA E SAÚDE
DIRETORA DE NEGÓCIOS MULTIPLATAFORMA: Luciana Menezes
EXECUTIVOS MULTIPLATAFORMA: Fatima Ottaviani, Paula Santos, e Taly Czeresnia Wakrat

SEGMENTOS – MOBILIDADE, SERVIÇOS PÚBLICOS E SOCIAIS, AGRO E INDÚSTRIA
DIRETOR DE NEGÓCIOS MULTIPLATAFORMA: Renato Augusto Cassis Siniscalco
EXECUTIVOS MULTIPLATAFORMA: Diego Fabiano Cristiane Soares Nogueira, Jessica de Carvalho Dias, João Carlos Meyer e Priscila Ferreira da Silva

SEGMENTOS – EDUCAÇÃO, CULTURA, LAZER, ESPORTE, TURISMO, MÍDIA, TELECOM E OUTROS
DIRETORA DE NEGÓCIOS MULTIPLATAFORMA: Sandra Regina de Melo Pepe
EXECUTIVOS DE NEGÓCIOS MULTIPLATAFORMA: Ana Silvia Costa, Dominique de Freitas e Lilian de Marche Noffs

[illegible]
GERENTE MULTIPLATAFORMA: Larissa Ortiz
EXECUTIVA DE NEGÓCIOS MULTIPLATAFORMA: Babila Garcia Chagas Arantes

UNIDADE DE NEGÓCIOS – RIO DE JANEIRO
GERENTE DE NEGÓCIOS MULTIPLATAFORMA RJ: Rogerio Pereira Ponce de Leon
EXECUTIVOS MULTIPLATAFORMA: Daniela Nunes Lopes Chaham, Juliane Ribeiro Silva, Maria Cristina Machado e Pedro Paulo Rios Vieira dos Santos

UNIDADE DE NEGÓCIOS – BRASÍLIA
GERENTE MULTIPLATAFORMA: Barbara Costa Freitas Silva
EXECUTIVOS MULTIPLATAFORMA: Camila Amaral da Silva e Jorge Bicalho Fetix Junior

GERENTE DE EVENTOS: Daniela Valente

OPEC OFF LINE Carlos Roberto de Sá, Douglas Costa e Eduardo Ramos
OPEC ONLINE: Rodrigo Santana Oliveira, Danilo Panzarini, Higor Daniel Chabes e Rodrigo Pecoschi

ESTRATÉGIA COMERCIAL Guilherme Iegawa Sugio

EGCN
CONSULTORA DE MARCAS: Olivia Cipolla Bolonha

ESTÚDIO GLOBO
DIRETOR DE DESENVOLVIMENTO COMERCIAL E DIGITAL Tiago Joaquim Afonso
Caio Henrique Caprioli, Vera Lucia Rangel Cavalieri, Lucas Fernandes, Luiz Claudio dos Santos Faria e Rodrigo Girodo Andrade

AUDIÊNCIA
DIRETOR DE MARKETING CONSUMIDOR: Cristiano Augusto Soares Santos
DIRETOR DE PLANEJAMENTO E DESENVOLVIMENTO COMERCIAL: Edner Zampese
GERENTE DE CRIAÇÃO: Valter Bicudo Silva Neto
COORDENADORES DE MARKETING: Eduardo Roccato Almeida e Patricia Aparecida Fachetti

ANER IVC FIPP

CRESCER é uma publicação mensal da EDITORA GLOBO S.A. – Av. Nove de Julho, 5229 – São Paulo (SP) – CEP 01407-907. Distribuição exclusiva para todo o Brasil: Dinap – Distribuidora Nacional de Publicações; Gráfica: Plural Indústria Gráfica, Avenida Marcos Penteado de Ulhoa Rodrigues, 700 – Tamboré – Santana de Parnaíba, São Paulo, SP – CEP 2643-001

DESEJA FALAR COM A EDITORA GLOBO?

ATENDIMENTO
4003-9393 www.sacglobo.com.br

VENDAS CORPORATIVAS E PARCERIAS
11 3767-7226 parcenas@edglobo.com.br

PARA ANUNCIAR
SP: 11 3736-7128, 3767-7447, 3767-7942, 3767-7889, 3736-7205, 3767-7557
RJ: 21 3380-5930, 3380-5923
BSB: 61 3316-9584

NA INTERNET
www.assineglobo.com.br/sac

LICENCIAMENTO DE CONTEÚDO
11 3767-7005
venda_conteudo@edglobo.com.br

ASSINATURAS
4003-9393
www.sacglobo.com.br

EDIÇÕES ANTERIORES
O pedido será atendido através do jornaleiro ao preço da edição atual, desde que haja disponibilidade de estoque. Faça seu pedido na banca mais próxima

PARA SE CORRESPONDER COM A REDAÇÃO: Endereçar cartas à editora executiva CRESCER, Avenida Nove de Julho, 5229, 8º andar, CEP 01406-200, São Paulo, SP. E-mail: crescer@edglobo.com.br. As cartas devem ser encaminhadas com assinatura, endereço e telefone do remetente. CRESCER reserva-se o direito de selecionar e resumir as para a publicação.

O Bureau Veritas Certification, com base nos processos e procedimentos descritos no seu Relatório de verificação, adotando um nível de confiança razoável, declara que o Inventário de Gases de Efeito Estufa – Ano 2012 da Editora Globo S.A. é preciso, confiável e livre de erro ou distorção e é uma representação equitativa dos dados e informações de GEE sobre o período de referência, para o escopo definido, foi elaborado em conformidade com a NBR ISO 14064-1:2007 e Especificações do Programa Brasileiro GHG Protocol.

FUNCIONOU COMIGO

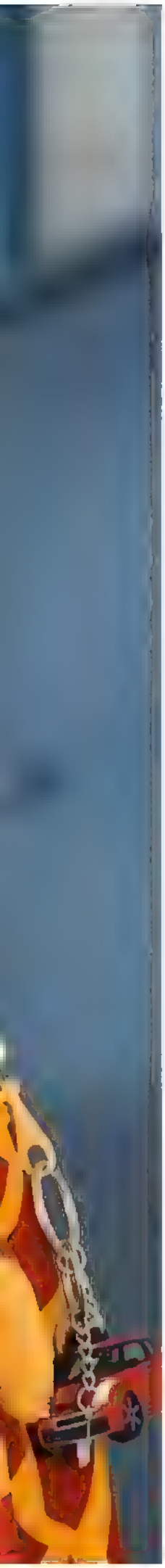
POR **VANESSA LIMA**

NÃO QUERO IR!

"MEU FILHO ODEIA A ESCOLA. MUDEI SEIS VEZES E ELE NUNCA QUER IR. SEMPRE DIZ QUE ALGUÉM RECLAMA DELE OU BATE. OS PROFESSORES NUNCA TÊM NENHUMA QUEIXA. JÁ O LEVEI A PSICÓLOGOS, MAS ELE NÃO QUIS FALAR A RESPEITO. O QUE FAZER?!"

PRISCILA NUNES, MÃE DE EDUARDO, 7 ANOS

FOTO ALTRENDO IMAGES GETTY IMAGES



FIRME E FORTE

No ano passado, minha filha acordava chorando para não ir à escola. É claro que eu ficava com o coração na mão, mas não cedi. Insisti que era necessário para ler, escrever e conviver com os coleguinhas. Ela continuava resistindo. Descobri que era só birra. Ela queria ficar em casa, comigo, com os brinquedos dela, normal. Você tem que ter convicção nas escolhas que faz. A criança não pode direcionar. Em um dos últimos feriados, ela disse até que estava com saudade da escola e que gosta muito da nova professora. A envolvi nas compras do material, do tênis novo, da mochila... Ela está bem mais animada.

FABIANA FONSECA, MÃE DE LAURA, 4 ANOS

FOCO NA AUTOESTIMA

Minha filha se recusava a ir e sempre por causa dos amigos, que a chateavam. Conversamos com a professora e a coordenadora. Até cogitamos a possibilidade de trocá-la de escola, mas isso não resolveria. Então, todos os dias passamos a aconselhá-la a ser forte. Elevamos a autoestima dela em diversos aspectos e ela tem enfrentado tudo de uma forma melhor. É claro que existem recaídas, mas, se todas as vezes em que ela reclamar trocarmos de escola, o que ensinaremos a ela? Devemos proteger nossos filhos. Criá-los em redomas não vai ajudar na vida adulta.

PRISCILA MEIRELLES, MÃE DE BEATRIZ DE 5 ANOS E GRÁVIDA DE MAITÊ

PARCERIA COM A ESCOLA

João estava triste e não queria mais ir à escola até que me contou que um colega estava batendo nele, que é menor, e se sentiu inferior por não revidar. Ele me disse o nome, a hora em que acontecia – quando a professora não estava – e até o lugar. No mesmo dia, procurei a coordenadora, que se prontificou, chamou a criança, que confirmou que batia mesmo, mas não sabia o motivo. Ele foi encaminhado para o acompanhamento psicológico da escola e, hoje, tudo isso já passou. Fiquei feliz com a coordenação da escola e mais feliz ainda por meu filho confiar em mim, me contar tudo e me deixar ajudá-lo.

RENATA GOMES, MÃE DE JOÃO, 6 ANOS

O QUE DIZ A ESPECIALISTA

Como a criança já mudou de escola várias vezes, é provável que o problema esteja na percepção dela e não na instituição. O ideal é tentar um acompanhamento com um profissional de psicologia, que pode combinar visitas esporádicas à escola para entender o que ocorre. Pode ser o modo como a criança compreendeu determinada situação, que não necessariamente aconteceu com ela. Às vezes, ela viu algo que causou um impacto e a paralisou. Uma nova troca de instituição não vai ajudar. Pelo contrário, pode dificultar. Como é uma criança pequena, que ainda não consegue tomar as decisões por si, os pais devem procurar o profissional de psicologia e, junto com ele, fazer a reinserção. Os adultos precisam conscientizar o filho da importância da escola e não deixar que ele resolva se vai ou não porque, nessa idade, não há condições para isso. Ao mesmo tempo, eles devem explicar que estão buscando ajuda.

LUCIANA BARROS DE ALMEIDA, PSICOPEDAGOGA E PRESIDENTE DA ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE PSICOPEDAGOGIA

NO PRÓXIMO MÊS

"MINHA FILHA SEGURA MEUS CABELOS. ACHO QUE ELA OS USA COMO OBJETO DE TRANSIÇÃO, QUANDO ESTÁ COM SONO OU ASSUSTADA E PERTO DE MIM. ESSA MANIA ME INCOMODA, MAS NÃO CONSIGO TIRAR DELA."

LUCINAIRA SOUZA, MÃE DE BETINA, 1 ANO E 5 MESES

@ MANDE PERGUNTAS E AJUDE OUTRAS MÃES COM SUAS RESPOSTAS! ESCREVA PARA: CRESCER@EDGLOBO.COM BR. NÃO ESQUEÇA DE MANDAR O NOME E A IDADE DE SEUS FILHOS.

Sugestão do editor

Crescer

DÚVIDAS ⓘ SAIBA COMO USAR O NOVO

Edição do m

Comer bem
dizer comer
ingerir alimen
var acos e os
saudáveis po
Veja como to
realidade na
desde a prim
refeição

Leia agora

O que você precisa ler

Direto da redação

Mãe dá à luz a quatr
em intervalo de 11 m

CAPA

Dias frios com mais saúde

Revista

Edição DO MÊS

Edições ANTERIORES

Versões EM PDF

Baixe o app da Crescer

e tenha dicas preciosas sobre comportamento e criação de seus filhos

Destaques | Fácil de navegar | Últimas edições | Leitura off-line | Melhor experiência de leitura

BAIXE GRÁTIS. DISPONÍVEL PARA

APP.REVISTACRESCER.GLOBO.COM

ALÉM DO BALANÇO

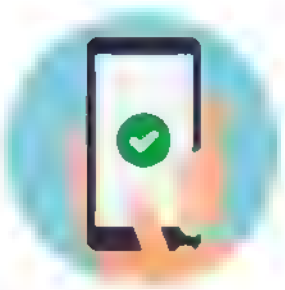
Não é de hoje que os especialistas ressaltam a importância das brincadeiras para o desenvolvimento infantil. Um estudo da Universidade de Washington (EUA) comprovou que os balanços (sim, como aqueles do playground do prédio ou da pracinha) ajudam os pequenos a trabalhar em equipe. O segredo está no esforço que eles fazem para entrar no mesmo ritmo, quando brincam lado a lado. "A sincronia estimula a cooperação porque a atenção fica voltada para o engajamento com o outro", explica Tal-Chen Rabinowitch, um dos pesquisadores responsáveis pelo trabalho, publicado no *Journal of Experimental Psychology*, da Holanda. Para chegar a essa conclusão, os cientistas dividiram crianças de 4 anos, que não se conheciam, em duplas. Algumas foram orientadas a balançar em sincronia, outras, desordenadamente, e outras a não fazer o movimento de vai e vem. Em seguida, as mesmas duplas tinham que resolver tarefas, como de um jogo de computador em que era preciso apertar botões ao mesmo tempo, e uma que envolvia pegar e devolver objetos para conseguir montar um quebra-cabeças. Os pares que balançaram em sincronia se saíram melhor nas atividades, que exigiam habilidades de cooperação. Para a psicopedagoga Larissa Fonseca, autora do livro *Dúvidas de Mãe* (Parábola Editorial, R$ 39), o resultado da pesquisa faz todo o sentido. "Brincadeiras coletivas estimulam ações colaborativas. O balanço exige que os pequenos se adaptem à situação e se comprometam com o outro, trabalhando juntos em prol de um objetivo comum", afirma.

FOTO: GARY BURCHELL/GETTY IMAGES

MÃES E TRABALHO

A GPTW (Great Place To Work), instituto de pesquisa que avalia ambientes de trabalho, divulgou uma lista com as melhores empresas para as mulheres, no Brasil. Licença-maternidade de seis meses ou mais, horários flexíveis com home office, licença-paternidade além da exigida por lei e sala de lactação permanente são alguns dos benefícios. Veja as dez melhores com até mil funcionários:

1 Ford Credit Brasil (SP)
2 Pandora (SP)
3 Bristol-Myers Squibb (SP)
4 P&G (escritório de SP e Recife)
5 Aspen Pharma (RJ)
6 Zurich Santander Seguros e Previdência (SP)
7 Amêndoas do Brasil (CE)
8 Roche Diagnóstica Brasil Ltda. (SP)
9 ThoughtWorks Brasil (RS)
10 Unimed Federação Minas (MG)



PELO CELULAR

Um smartphone pode detectar a infertilidade masculina em segundos? Pode! Ou melhor, poderá, em um futuro próximo. Pesquisadores do Brigham and Women's Hospital e do Massachusetts General Hospital (EUA) criaram um pequeno dispositivo que se acopla ao celular para avaliar a qualidade do esperma. Os testes iniciais revelaram que o método tem precisão de 98%. A novidade facilita a detecção da infertilidade (que hoje é feita apenas em laboratório), além de ser acessível – o aparelho custa menos de US$ 5. O produto está em análise na FDA (agência americana que regula produtos para saúde) e, se aprovado, poderá ser comercializado. "Os produtos portáveis de 'faça você mesmo' são tendência. Mas isso não substitui a consulta médica", diz Márcio Coslovisky, especialista em reprodução humana e diretor da clínica Primordia (RJ).

O BOM DE TER UM BICHO

Ter um mascote só faz bem para a saúde do seu filho. Mais uma pesquisa, desta vez da Universidade de Alberta, no Canadá, confirmou que os cães não só reforçam o sistema imunológico das crianças, diminuindo o risco de desenvolverem doenças infantis alérgicas, como também os protegem da obesidade. Os cientistas analisaram dados de 700 bebês, sendo que 46% deles conviveram com pelo menos um pet (a maioria, cachorro) desde a barriga da mãe (nos últimos seis meses de gestação) até os três meses após o nascimento. Ao analisar o exame de fezes dos recém-nascidos, os pesquisadores chegaram à conclusão de que o grupo que teve contato com o bicho de estimação desde a vida intrauterina apresentava, em média, duas vezes mais duas bactérias: *ruminococcus* e *oscillospira*, em comparação à turma que não tinha um mascote. Esses dois micro-organismos estão ligados à uma chance menor dos pequenos apresentarem complicações alérgicas e ganho acelerado de peso. "A relação afetiva entre animais e crianças sempre se mostrou muito positiva. Defendo esse convívio porque estimula o companheirismo, a amizade, o cuidado e evita doenças", diz o pediatra Carlos Eduardo Correa (Cacá), de São Paulo. E não se preocupe caso o seu filho ganhe um "lambeijo" no rosto. "É praticamente impossível achar que o cachorro não vai lamber a mão ou alguma parte do corpo do bebê. Por isso, o mais importante é manter o pet sempre saudável para evitar qualquer problema de saúde que possa passar para a criança como, por exemplo, a sarna", observa Cacá.

FOTO: SUPERSIZER GETTY IMAGES E THINKSTOCK

Coral
apresenta

BRINCAR FAZ BEM!

Além de divertir, brincar também ajuda no desenvolvimento físico, emocional e mental da criança

É hora de pular, pintar e criar. Talvez você nem imagine quanto o simples ato de brincar ajuda no desenvolvimento das crianças. Por isso, dedicar algumas horas do dia para exercer a atividade é superimportante. Brincar potencializa o desenvolvimento infantil, estimula a curiosidade e a autonomia, e ajuda no desenvolvimento da linguagem e do pensamento da criança.

"Brincar é um grande indicador de desenvolvimento positivo da criança. Significa que ela consegue demandar do outro o que ela precisa, que ela consegue reconhecer o outro. O bebê já usa a brincadeira para descobrir o próprio corpo; depois passa a conhecer os objetos, e com o tempo vai entendendo a função deles e a relação entre eles. O passo seguinte é quando a criança abstrai e usa a imaginação para expressar os seus sentimentos em relação à realidade", afirma Cisele Ortiz, especialista em educação infantil e coordenadora do Instituto Avisa Lá. "Desde muito cedo, as crianças precisam estar em contato com o chão, com diferentes objetos, cores, texturas. É muito importante também o contato com a natureza, pois nada é mais diverso, em suas formas, do que a natureza", conclui Ortiz.

DENTRO DE CASA

Muitas vezes, devido à correria do dia a dia, não tem para onde fugir é preciso improvisar para que a brincadeira ocorra em casa. Aproveitar ambientes e objetos pode ajudar a tornar o momento ainda mais divertido e prazeroso.

CORRIDA

Com apenas uma fita adesiva, é possível delimitar espaços no chão para criar uma maravilhosa pista de carrinhos por toda a casa. Aproveite alguns móveis para criar obstáculos.

[illegible]

Aproveite o lençol da cama, pegue uma lanterna e outros apetrechos, e monte uma cabaninha no quarto para simular um acampamento em família.

[illegible]

Distribua massinhas de diferentes cores para as crianças e abuse da imaginação para criar os mais engraçados formatos de objetos e animais.

SUJOU?

Na hora de brincar dentro de casa, muitas famílias se preocupam com a sujeira nas paredes. Com a nova tinta **Coral Super Lavável** ficou fácil perdoar a arte dos pequenos. Isso é possível porque a tinta repele líquidos, evita manchas e é fácil de limpar.

Essa combinação única resulta em momentos de pura mágica: se uma criança, por exemplo, derrama um copo de suco de laranja ou outra bebida, o líquido escorre e, se sobrar qualquer resíduo, basta passar um pano úmido, com água e detergente. A tinta remove facilmente marcas de lápis, caneta hidrográfica, chocolate, ketchup e até batom.

Isso acontece devido à tecnologia **Ultra Resist**, que tem ação hidrorrepelente e é duas vezes mais resistente a limpezas do que as tintas foscas premium do mercado. Além disso, a tinta tem o acabamento **EggShell**, que oferece um nível de brilho próximo ao das tintas foscas, o preferido dos brasileiros.

PAREDES COMO NOVAS POR MAIS TEMPO

coral.com.br

PRODUZIDO POR ESTUDIO GOMO

5 DICAS INFALÍVEIS PARA MONTAR O ENXOVAL

PENSAR EM CADA ACESSÓRIO QUE VAI SER ÚTIL NA ROTINA COM O BEBÊ OU EM CADA PEÇA DE ROUPA QUE ELE VAI USAR TORNA A ESPERA PELO NASCIMENTO MAIS PRAZEROSA. MAS, PARA NÃO ESCORREGAR NAS COMPRAS (NEM COMPROMETER O ORÇAMENTO), FIQUE ATENTO!

1 NÃO ACUMULE – Mesmo que a tentação seja grande. Isso vale tanto para roupas quanto para as dezenas de acessórios que prometem facilitar o dia a dia e os cuidados com o bebê. Compre o básico e espere para sentir como é a rotina com o seu filho. Além disso, pense em quantos presentes o bebê vai ganhar de parentes e amigos...

2 DÊ PREFERÊNCIA A TAMANHOS GRANDES – Você vai se surpreender com a velocidade de crescimento do seu filho! Por isso, não adianta comprar várias peças minúsculas – até porque há crianças que pulam o RN e vão direto para o P. Roupas mais larguinhas serão usadas por mais tempo.

3 CONSIDERE A PRATICIDADE – Sim, sabemos que é uma delícia imaginar o bebê dentro de cada roupa fofa. Mas alguns modelos não são nada fáceis de vestir. Peças com muitos botões, por exemplo, podem dificultar sua vida a ainda deixar o bebê estressado a cada troca de fralda. Melhor optar por velcro, zíper ou botão de pressão.

4 DEIXE OS SAPATOS PARA DEPOIS – Ver aqueles calçados tão pequenos encanta e, no impulso, seu filho já pode ter vários deles antes mesmo de nascer. Mas... segure a emoção! Vai demorar um bom tempo até que a criança precise deles. A recomendação dos pediatras é só usá-los quando ela já estiver treinando para dar os primeiros passos, o que acontece por volta dos 11 meses. Lembre-se de que, além de caros, esses itens deixam de servir em um passe de mágica.

5 CONFIRA AS CERTIFICAÇÕES – Berços, cadeirinhas, brinquedos... Tudo isso deve ter o selo de certificação do Inmetro para garantir a segurança da criança. Não adianta só ser bonito: seu filho precisa ficar confortável e protegido. Pense nisso!

CONFIRA MAIS DICAS PARA ACERTAR NA HORA DE PREPARAR O ENXOVAL

FOTO YELENA YEMCHUK/THINKSTOCK

Lolly

Conchas de Amamentação

É confortável, discreta e possui **encaixe perfeito** em qualquer tamanho de mama.

Evita rachadura e favorece a cicatrização devido à **válvula de ventilação**.

Garante higiene e roupa seca, porque **coleta** o excesso de leite.

Prepara e forma o bico, facilitando a pega do bebê.

Protege, pois mantém o bico livre do contato com o sutiã.

Evita o empedramento do leite materno.

Concha Macia

Concha Rígida

0800 727 2138 lollybaby.com.br

compre online tricae dafiti

DIVERSÃO NA ROÇA

Se o "arraiá" vai rolar em casa, não basta planejar os quitutes e a decoração. É sempre bom ter algumas brincadeiras na manga para entreter os pequenos. Essas três não falham:

› NO ALVO: itens obrigatórios nas festas juninas, os chapéus podem se transformar em cestos, onde as crianças devem acertar bolinhas de meia. Para os maiores, dá para usar bancos ou caixas para colocar pelo menos três chapéus em diferentes alturas, cada um com uma pontuação correspondente.

› CORRIDA DO MILHO: sabe aquela brincadeira de andar com uma colher na boca equilibrando um ovo? Pois bem. Na versão junina, o que as crianças não podem deixar cair é a pipoca! Quem chega primeiro sem deixar nenhuma pipoquinha escapulir?

› RABO DE BURRO: tradicionalíssima, essa brincadeira tem tudo a ver com a ocasião. Primeiro, cole um desenho de um burro na parede (use o QR code abaixo). As crianças, vendadas, devem tentar pregar o rabo – feito de fitas de cetim e com uma fita dupla face na ponta – no lugar certo. Quem chegar mais perto é o vencedor.

Ê TREM BÃO!

Não é porque o seu bebê ainda não tem dentes ou porque nem todos os alimentos já estão liberados que ele precisa se privar das delícias que só essa época do ano oferece. A nutricionista Gislaine Donelli, do Empório da Papinha (SP), elaborou duas receitas juninas — uma salgada e outra doce — indicadas especialmente para bebês:

CALDINHO DE FEIJÃO

RENDIMENTO: 5 PORÇÕES
INDICAÇÃO: A PARTIR DE 8 MESES

2 xícaras (chá) de feijão preto
2 folhas de louro
1 xícara (chá) de cebola picada
1 dente de alho picado
1 xícara (chá) de tomate sem semente cortado em cubinhos
1 col. (sobremesa) de salsinha
1 col. (sopa) de óleo de girassol
2 litros de água

Em um refratário, coloque o feijão e cubra com um litro de água. Reserve por uma hora e escorra a água. Em uma panela de pressão, coloque o feijão, as folhas de louro e mais um litro de água. Cozinhe por 20 minutos a partir do início da pressão. Retire a panela do fogo e aguarde sair todo o vapor. Verifique se os grãos estão todos cozidos, se necessário cozinhe por mais cinco minutos, sem pressão. Descarte as folhas de louro. Deixe esfriar e depois bata no liquidificador até ficar um caldo homogêneo. Em uma panela refogue o alho e a cebola no óleo de girassol até dourar. Acrescente o tomate e a salsinha e refogue até murchar. Junte o feijão batido e deixe ferver em fogo baixo por aproximadamente cinco minutos.

DADINHOS DE TAPIOCA COM GOIABADA

RENDIMENTO: 10 UNIDADES
INDICAÇÃO: A PARTIR DE 1 ANO

1 xícara e ½ (chá) de tapioca granulada
250 g de queijo coalho ralado
2 copos e ½ (500 ml) de leite
150 g de goiabada (½ pote de 300 g) cortada em cubos
Papel-manteiga
Papel-filme

Corte a goiabada em cubinhos e reserve. Em uma panela, coloque o leite para ferver. Enquanto isso, em um refratário, misture o queijo coalho ralado e a tapioca. Quando o leite ferver, acrescente a mistura da tapioca e queijo, mexendo sempre até ficar bem firme e homogêneo. Depois, despeje toda massa em uma assadeira forrada com papel-manteiga e distribua os cubos de goiabada. Cubra a assadeira com papel-filme e leve à geladeira por aproximadamente três horas. Retire a massa da geladeira e corte em quadradinhos. Depois leve pedacinhos ao forno baixo (180°C), em assadeira antiaderente, até dourar – em média, de 30 a 40 minutos. Sirva com a calda de sua preferência.

FOTO RAON MADDALENA EDITORA GLOBO

Calesita Brinquedos
CRESCER BRINCANDO

SUPER BLOCKS

Brinque com seu pequeno e solte a imaginação com o Super Blocks Calesita.
São varias peças coloridas e de fácil encaixe.
Com esse divertido brinquedo, seu bebê cresce brincando e desenvolve o sistema motor, cognitivo e lógico.
O aprendizado fica ainda mais atrativo!

calesita

calesita.com.br /calesitabr

ANTES DO BEBÊ...

...chegar, que tal fazer uma viagem romântica com o seu parceiro? Uma lua de mel durante a gravidez ajuda a lidar com a ansiedade e a relaxar. Veja hotéis só para maiores de 18 anos.

PONTA DOS GANCHOS RESORT, GOVERNADOR CELSO RAMOS (SC)

Jantar a dois em uma ilha (só para o casal), massagem, banhos aromáticos e quartos com vista para o mar com decoração romântica. Esses são alguns serviços oferecidos pelo resort que ainda possui bangalôs com jacuzzi, piscina e fitness center particulares. Diária a partir de R$ 2.750 (casal) com café da manhã, jantar na ilha, presente para a mãe e o bebê (caso esteja grávida) e massagem a dois.

INFORMAÇÕES: *PONTADOSGANCHOS.COM.BR*

HOTEL-BOUTIQUE NAU ROYAL, CAMBURY (SP)

As espaçosas suítes, algumas equipadas com banheira e ofurô, têm sacadas com deck de frente para o mar. Entre os serviços pagos à parte estão: passeio de lancha pelas ilhas com brunch, massagem a dois no Spa L'Occitane, jantar romântico e café da manhã no quarto. Duas diárias, para o casal, na suíte Royal Trussardi com ofurô e dupla banheira externa custam a partir de R$ 5.456. Inclui café da manhã, chá da tarde e mordomo.

INFORMAÇÕES: *NAUROYAL.COM BR*

HOTEL GUNGAPORANGA, BARRA DE SÃO MIGUEL (AL)

Piscina, sauna, biblioteca e fitness center são algumas atrações do hotel que ainda tem opções de bangalôs máster com banheira de hidromassagem, adega e piscina privativa. A diária para dois no bangalô máster custa R$ 1.540. Inclui café da manhã e prato principal do jantar à lá carte para duas pessoas.

INFORMAÇÕES: *GUNGAPORANGA.COM BR*

COLUNA

FÉRIAS DE VERÃO AMERICANAS: SUMMER CAMP É A SOLUÇÃO!

O que acha de passar alguns dias das férias em contato com os animais? Ou em meio a tintas e telas? Quem sabe você prefira clínicas de tênis, futebol, caratê, aulas de dança ou canto. Pois tem opção para todos os gostos quando o assunto é summer camp nos Estados Unidos, a maneira encontrada por pais que trabalham ou que querem garantir diversão para os pequenos fora de casa durante as férias!

Tudo depende do seu orçamento. Um parque temático de Orlando, por exemplo, oferece pacotes que custam US$ 350 a semana para a criança ter direito a uma refeição, alguns lanches e acesso a animais que ela costuma ver apenas nos filmes (como pinguins e leões-marinhos).

Escolas de dança, artes, lutas cobram algo na faixa de US$ 200 a semana e oferecem material além das atividades e da refeição.

Há ainda a opção de deixar as crianças brincando na própria escola que normalmente frequentam. Basta inscrevê-la no YMCA (programa oferecido todos os dias antes e depois das aulas). Nesse caso o custo fica por volta de US$ 100 a semana e a vantagem é que normalmente eles vão ficar com crianças/professores e em um ambiente que elas já conhecem.

Quem não pode pagar e precisa trabalhar pode optar por pedir ajuda aos familiares, programas de igrejas (normalmente eles aceitam as crianças durante meio período de graça e promovem muitas brincadeiras e atividades) ou fazer home office no período. A última opção costuma ser a mais comum. Especialmente para quem não tem família aqui.

O único desafio é trabalhar enquanto as crianças bagunçam a casa inteira! Principalmente porque aqui as férias que começaram em 31 de maio terminam apenas em meados de agosto, quando os pais passam a querer férias das férias!

PATRÍCIA MALDONADO É JORNALISTA E MÃE DE NINA, 6 ANOS, E DE MAITÊ, 5, E, DESDE JUNHO DE 2015, SE MUDOU PARA OS EUA

REDACAOCRESCER@GMAIL.COM

FOTOS: RICARDO NOGUEIRA/EDITORA GLOBO E DIVULGAÇÃO

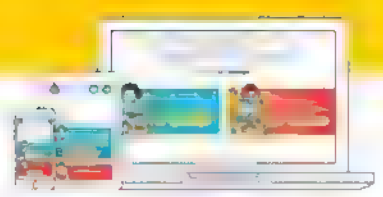
Crie uma lembrança para a vida toda

Graças à tecnologia, as crianças podem ter um livro único com seus personagens favoritos em uma experiência simples e inesquecível que **une pais e filhos.**

1 É só inserir o nome da criança

2 Criar o avatar igual a ela

3 E receber o livro impresso em casa



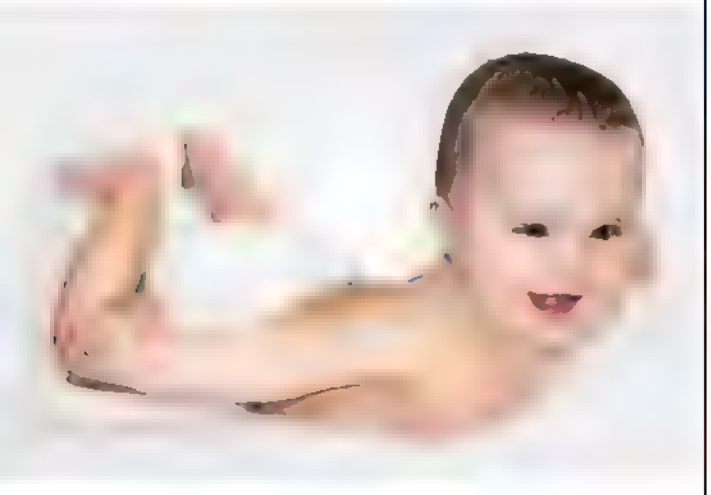
Para criar, acesse:

www.dentrodahistoria.com

DENTRO DA HISTÓRIA

GRANADO
– PHARMACIAS –
bebê

APRESENTA



Bem longe das assaduras

Saiba como e quando o creme contra assaduras pode ser aplicado na pele do bebê para protegê-lo deste problema

As fezes e a urina acumuladas na fralda são os principais responsáveis pelas assaduras no bebê, pois possuem substâncias que, em contato com a pele delicada, causam irritação e descamação. Os pediatras orientam que a prevenção é o melhor remédio. Anote as dicas dos especialistas:

- Troque a fralda regularmente e mantenha a criança seca e higienizada.
- Sempre que possível, deixe a pele respirar livremente sem a fralda.
- O creme contra assaduras pode ser usado quando houver os primeiros sinais de vermelhidão. Aplique o produto em uma fina camada e opte por aqueles que contenham substâncias como o óxido de zinco, que protege contra as toxinas das fezes e urina

CREME CONTRA ASSADURAS
Com Vitaminas A e E, que nutrem e hidratam a pele

ATRASOS NA FALA

Embora o uso de telas não seja recomendado pela Academia Americana de Pediatria antes dos 18 meses, é comum ver crianças que ainda nem largaram as fraldas mas sabem jogar e assistir a vídeos no tablet ou no celular. De acordo com uma pesquisa feita pelo Hospital for Sick Children (Canadá), esse comportamento pode provocar sérios atrasos na fala. O estudo acompanhou 894 crianças entre 6 meses e 2 anos, avaliando o número de palavras que elas usavam ou que sons emitiam quando queriam chamar a atenção dos adultos. Elas ficavam, em média, 28 minutos por dia em contato com as telas. Os especialistas constataram que, nas crianças que passavam 30 minutos diários a mais nas telas, o risco de desenvolver atrasos consideráveis na fala sobe 49%. Para o neuropediatra Antônio Carlos de Farias, do Hospital Pequeno Príncipe (PR), a pesquisa serve de alerta para os pais pensarem não só quanto tempo as crianças estão passando com esses aparelhos, mas de que forma eles estão sendo usados. "A tecnologia não substitui a presença física do adulto. Se você expõe seu filho a esses gadgets com mediação, brincando com ele, mostrando as figuras, ele está sendo estimulado. Largar o aparelho na mão dele é que não faz bem", diz. Vale lembrar que a fase até os 2 anos é crucial para o desenvolvimento da linguagem. Por isso, nada melhor do que brincar, contar histórias e conversar – mesmo que ele ainda não saiba responder com frases inteiras!

FOTO: CARLO A/GETTY IMAGES

Qualidade superior é ser recomendado pelos maiores especialistas do País.

Sabonete Líquido Bebê

Com glicerina 100% vegetal • Dermatologicamente testado

Recomendado por pediatras de todo Brasil

Cuidado e proteção que o seu bebê merece.

www.granado.com.br

GRANADO
— PHARMÁCIAS —
bebê

#GRAVIDEZSEMPALPITES

ESTA É A SEGUNDA REPORTAGEM DE UMA SÉRIE SOBRE COMO LIDAR COM OS INÚMEROS PALPITES QUE SURGEM QUANDO AS MULHERES DESCOBREM QUE ESTÃO ESPERANDO UM BEBÊ

GRÁVIDA E PROFISSIONAL

QUEM TRABALHA FORA DE CASA DIFICILMENTE SAIRÁ ILESA DE COMENTÁRIOS DESNECESSÁRIOS RELACIONADOS À CARREIRA DURANTE A GESTAÇÃO. ESTE É O TEMA DA VEZ NA SÉRIE #GRAVIDEZSEMPALPITES

TEXTO **FERNANDA MONTANO**

MESMO COM UM movimento nos últimos anos de mulheres que abandonam a carreira para se dedicar aos filhos, a grande maioria precisa – e quer – trabalhar, seja fora de casa ou em home office. Segundo dados da *Síntese de Indicadores Sociais – Uma Análise das Condições de Vida da População Brasileira*, pesquisa do IBGE que estudou o período entre 2005 e 2015, em 40% das casas, a mulher é a chefe da família, principal responsável pelo sustento. Considerando esse cenário, chegamos ao mote desta reportagem, que aborda a mulher no trabalho quando ela passa por um dos momentos mais marcantes de sua vida: a gravidez. Não bastassem as diferenças que ainda existem entre um profissional homem e uma mulher, como os salários, a grávida sofre um *plus*: os palpites sobre a carreira. Não por acaso, o clássico "gravidez não é doença" nunca cai em desuso. Afinal, gestação saudável não impede você de seguir na ativa e nem vai torná-la menos profissional do que antes.

É claro que é preciso ponderar alguns pontos: a maneira como se passarão os nove meses varia muito de uma mulher para outra – algumas se sentem mais cansadas, outras trabalham em ritmo frenético até o parto. É preciso levar em consideração, ainda, as mudanças físicas, como o tamanho da barriga, e até emocionais. "É uma sobrecarga em todos os sentidos: peso, alterações na respiração, limitações físicas, hormônios que causam oscilações de humor. A natureza da gravidez faz com que a mulher se recolha para gestar o filho e o trabalho vai contra isso. Mas o mundo hoje é outro e ela tem mais é que trabalhar se deseja. Apenas oriento que, com o tempo, tente delegar as tarefas no ambiente profissional", diz o ginecologista e obstetra Rubens Paulo Gonçalves Filho, do Hospital Israelita Albert Einstein (SP).

A ressalva fica para situações de risco, tanto para a saúde da mãe quanto do bebê, como sangramentos por descolamento de placenta, trabalho de parto prematuro, pré-eclâmpsia, rompimento precoce da bolsa. Nesses casos, o obstetra pode pedir repouso absoluto e, dependendo da fase da gravidez e do tempo necessário, o afastamento acontece por atestado médico, INSS ou a própria licença-maternidade, que pode ser usufruída a partir da 36ª semana. Foi o que aconteceu com a gerente financeira Rosário Cardoso, 43 anos, mãe de Henrique, 6. Com 36 semanas, a pressão dela subiu e o médico achou melhor que entrasse de licença. "Ele constatou isso numa terça-feira, e meu filho nasceu na sexta, de parto normal", lembra.

Porém, ainda que você não passe por nenhuma dessas situações de afastamento e esteja muito bem, obrigada, trabalhando grávida, os "conselhos" vão aparecer. Então, siga a dica que permeia o projeto de CRESCER: respire fundo, ignore quando achar que não vale a pena e responda quando considerar pertinente. A seguir, listamos alguns comentários relacionados à vida profissional da gestante e ideias de como lidar com eles. Continue também participando da nossa série enviando sua experiência para nossas redes sociais com a hashtag #gravidezsempalpites.

FOTO: MORSA IMAGES / GETTY IMAGES

NAS REDES

NA PRIMEIRA REPORTAGEM DA SÉRIE, ABORDAMOS OS PALPITEIROS DE PLANTÃO EM TORNO DO DIA A DIA DA GESTANTE. CONFIRA A EXPERIÊNCIA DE UMA DE NOSSAS LEITORAS E COMPARTILHE AQUELE PALPITE QUE MAIS A INCOMODOU SOBRE SUA GRAVIDEZ E O TRABALHO

ROTINA DE GRÁVIDA

"Falaram muito sobre o meu modo de vestir. Mas a gravidez me ajudou a redescobrir peças que eu tinha no guarda-roupa e uso até hoje. Não deixei de usar calça jeans ou legging, por exemplo, mesmo ouvindo que não deveria. Diziam que apertava, que não podia usar nada justo, somente macacão e roupas largas. Eu não ligava, me sentia muito à vontade e respondia aos comentários simplesmente usando aquilo que eu achava que deveria usar."

VERÔNICA MUCCINI, ASSESSORA DE IMPRENSA, MÃE DE JOÃO HENRIQUE, 2 ANOS.

#GRAVIDEZSEMPALPITES

VAI TRABALHAR ATÉ O FIM DA GRAVIDEZ MESMO?

Seja qual for sua atividade profissional, provavelmente vai ouvir esse questionamento. É como se a mulher "não desse conta" de trabalhar com o barrigão dos últimos meses. OK, ele pode atrapalhar em alguns casos, você pode preferir não sair para almoçar naquele restaurante longe, mas, se estiver tudo bem com mãe e com o bebê, não vai ser a barriga que a impedirá de seguir na ativa. A professora Celia Ribas, 35, mãe de Maria Clara, 5, dava aula nos três turnos e escutava que era muito cansativo e deveria pegar licença antes do parto. "Mas estava preocupada em tirar a licença para ficar com a bebê após o nascimento. Não liguei e dei aula até a última semana", diz. Mesmo no caso de gravidez gemelar, é possível trabalhar até quase a reta final. A coordenadora financeira Patrícia Armstrong, 37, mãe de Laura e Nicolas, 1, seguiu até a 34ª semana (parou por recomendação da obstetra, já que ficava muito tempo sentada) e lembra que ouvia palpites como: "Será que vai até o final? Gêmeos são sempre prematuros". "Eu sempre dizia: 'É, vamos ver até onde aguento' ou 'Vamos ver o que minha médica diz'. Era chato ficar respondendo o tempo todo, mas fazia parte", conta. Segundo o obstetra Gonçalves Filho, não há problema em trabalhar até a proximidade do parto: "Eu só acho importante tentar reduzir o estresse principalmente a partir da 36ª semana de gestação, o que colabora inclusive com o parto normal", orienta.

CONTE UM PALPITE QUE RECEBEU

PREPARE-SE: SEU CHEFE PODE SE IRRITAR COM SUA SAÍDA PARA EXAMES...

A psicóloga Andrea Macedo, 34, mãe de Nicolas, 3, e Murilo e Matheus, 2 meses, trabalhou até a 32ª semana da gestação dos gêmeos. Ela conta que ouviu muitos comentários dos colegas sobre os exames de rotina. "Diziam que minha médica era neurótica, devido à quantidade de ultrassons. Detalhe que em uma gravidez gemelar de uma placenta só é natural esse acompanhamento de perto", diz. Além do fato de que a única pessoa que deve se preocupar com o que seu chefe pensa do seu trabalho é você mesma, as leis trabalhistas garantem à mulher um mínimo de exames durante os nove meses. "A gestante tem direito a, pelo menos, seis dispensas do trabalho, pelo tempo que for necessário, para a realização de consultas médicas e exames complementares. Cabe destacar, ainda, que todo e qualquer ato que atinja sua integridade psíquica e moral, sobretudo em razão do estado de gravidez, possibilita exigir indenização por danos morais", diz a advogada Fernanda Matt, da Marins Bertoldi Sociedade de Advogados (PR). Por isso, mediante esse tipo de comentário, apenas diga: "Já conversei com meu chefe e conheço meus direitos".

E ESSE RITMO? MELHOR PARAR, NÉ?

A médica anestesista Ana Maria Gomes Reimann, 36, ouviu muito o quanto seu trabalho poderia ser prejudicial nas duas vezes em que esteve grávida. Mãe de Maria Cecília, 5, e João Lucas, 2, nas duas gestações ela trabalhou até um dia antes do parto e, durante os nove meses, continuou fazendo plantões noturnos e aos fins de semana. "A gestação nunca me limitou em nada. Se eu estava superbem, por que não continuar trabalhando normalmente? Quando amigos e familiares me questionavam, eu respondia que não sentia nada de diferente e que o trabalho me fazia bem", conta.

A obstetra Laila Abib, do Grupo Perinatal (RJ), elenca três pontos fundamentais para ter em mente: optar por uma alimentação saudável, lembrando de beber bastante líquido e levar pequenos lanches (idealmente frutas) para os intervalos, se alimentando a cada três horas; respeitar os momentos de descanso – nada de trabalhar 24 horas seguidas – e priorizar uma boa noite de sono (seis a oito horas, no mínimo); e praticar exercícios físicos regulares. "É importante lembrar que agora existe um ser dentro de você se desenvolvendo em ritmo acelerado e que precisa de todos esses cuidados para nascer com saúde. Mãe saudável é o principal passo para ter um bebê saudável", defende. Mediante palpite sobre o ritmo de trabalho, diga que conhece o seu limite e segue as orientações do médico.

FOTO: MORSA IMAGES/ GETTY IMAGES

CUIDADO! DIZEM QUE GRÁVIDA FAZ CORPO MOLE

É normal a gestante ficar mais dispersa ou esquecida, pois ocorrem alterações cerebrais nesse período que não favorecem a memória e a atenção. Se você chega atrasada num dia, esquece a data de entrega do relatório ou não consegue manter o mesmo foco durante a reunião como antes, logo seus colegas de trabalho podem fazer comentários assim. A administradora Roselaine Teixeira, 35, mãe de Leonardo, 6, lembra que perdeu um pouco o ritmo no trabalho e ouviu indiretas sobre isso. "A gente se chateia, né? Mas eu não ligava, tentava equilibrar o bem-estar físico com o mínimo de estresse no ambiente profissional", diz.

Para evitar deslizes, a psicóloga e coach Angélica Guidoni, da Trajeto RH (SP), sugere que a gestante se dedique diariamente – no início da manhã ou no fim do dia – a organizar suas tarefas de curto prazo, colocando-as em ordem de prioridade, cuidando para dar conta do que é importante e das questões urgentes. "Ela pode usar ferramentas para apoiá-la, como post-its, o despertador do celular ou a agenda do Outlook, que avisa sobre os compromissos", orienta. Para responder a colocações deselegantes, diga que está se organizando melhor para esse período, que, aliás, dura apenas nove meses.

SEU TRABALHO É PERIGOSO PARA O BEBÊ, NÃO?

Algumas profissões apresentam riscos à mulher durante a gravidez, seja pela saúde dela ou do bebê. Nesses casos, o obstetra poderá ajudar a avaliar cada caso e, se for preciso, a lei garante o afastamento da gestante. "É dever do empregador afastar a mulher de quaisquer atividades, operações ou locais insalubres, tanto durante a gestação como durante o período de lactação, sendo garantida a mesma remuneração e o retorno ao cargo ocupado no período imediatamente anterior à gravidez. Ainda assim, a lei deve sempre ser interpretada com bom senso, até para evitar restrições injustificadas", explica a advogada Fernanda Matt.

A policial civil Daniela Virgílio, 37, grávida de oito meses, conta que ouviu muitos palpites e comentários, como: "Vai trabalhar na delegacia grávida?". Para seguir na ativa, fez adaptações na rotina, com a ajuda e aceitação dos colegas e chefes, como não entrar na escala de plantão, pois a jornada é de 24 horas ininterruptas, e evitar cumprir diligências externas. "Não me sinto segura para portar minha arma estando grávida. Fora isso, trabalhar me faz bem, basta seguir as recomendações médicas, pois o fato de gerarmos uma vida nos leva a tomar alguns cuidados especiais", diz.

VOCÊ NÃO PODE FICAR NESSA POSIÇÃO, SABIA?

Algumas profissões exigem ficar muito tempo em pé ou sentada, e isso realmente não faz bem. A cozinheira Gabriela Mezzo, 32, mãe de Giulia, 6 meses, chegava a ficar de pé por oito horas seguidas, inclusive segurando o xixi, o que a fez parar no hospital. Ela ouviu muito sobre isso, especialmente da mãe. Mas, como tudo tem um jeito (está aí uma boa resposta a esse palpite!), aos seis meses de gestação, sua médica fez uma carta aos chefes com várias recomendações, como ir ao banheiro frequentemente, sob risco de infecção urinária, e que fosse para outro setor. "Eu ficava chateada com os comentários, pois não podia largar o emprego. Fui transferida para o turno da noite, que era menos movimentado", lembra. A ginecologista e obstetra Denise Theodosio, do Hospital e Maternidade São Luiz Itaim (SP), lembra que ficar em uma única posição leva a maior inchaço e dor nas pernas e costas. "É aconselhável, durante o expediente, ter períodos de pausa pelo menos a cada duas horas para dar uma caminhada e alongar." As cintas elásticas de sustentação ajudam a aliviar o peso da barriga.

JURA QUE VOLTA A TRABALHAR DEPOIS? TADINHO DO BEBÊ

Já não basta a culpa que nasce com uma mãe, ainda temos que ouvir isso. E prepare-se, pois esse é daqueles que chegam por todos os lados. Deixa com a avó, no berçário, fica em casa... Haja! A gerente comercial Nathalie Baggio, 32, mãe de Malu, 1, foi aconselhada especialmente pela mãe e pela sogra que não deveria voltar a trabalhar. Ela retornou à atividade profissional quando sua filha tinha 5 meses e a deixou com a empregada e a babá. "Elas achavam que até os 2 anos a mãe deve ficar com o bebê. Eu respondia que a estrutura familiar mudou, que algumas pessoas ainda deixam de trabalhar, mas que essa não era minha ideia. Optei, opto e continuaria optando por trabalhar. Depois que ancorei a minha posição, não ouvi mais nada", diz.

Se essa também é sua meta, ou se você não tem condições de largar o emprego, não se culpe. É claro que mãe e filho sentem a separação com o fim da licença-maternidade, mas escolhendo uma boa escola ou uma babá com ótimas referências, ele estará bem cuidado. Aí basta você amenizar o sofrimento dedicando a ele tempo de qualidade, com presença efetiva, longe de distrações, como as mensagens apitando no smartphone, por exemplo. Outro ponto importante é preparar o bebê para essa mudança de maneira sutil. Segundo o pediatra Renato Valério, do Hospital Pequeno Príncipe (PR), uma dica é que a transição inicie quando a mãe ainda está em casa com o filho. "Entre o terceiro e o quarto mês, dá para começar com pequenos *test drives* da situação real que a família vai viver após a volta ao trabalho. A mãe deve se afastar do bebê por algum tempo pela manhã e à tarde, se possível no mesmo horário da nova rotina. Volta para amamentar e, aos poucos, tenta estocar o leite materno para que outra pessoa ofereça a ele. Com essa transição gradual, a mãe pode até sofrer antes da hora, mas, para o filho, com certeza é melhor", afirma. Jamais se esqueça: mãe feliz = bebê feliz. Melhor maneira de rebater qualquer palpite, não? C

DR. TABORDA RESPONDE

"UMA AMIGA PERDEU UM BEBÊ AOS DOIS MESES DE GESTAÇÃO E TEVE OUTRO ABORTO ANTES. HÁ ALGO QUE ELA POSSA FAZER EM UMA PRÓXIMA TENTATIVA?"

TATIANA ALMEIDA OLIVEIRA, POR E-MAIL

– Sugiro aguardar dois ou três meses para "encomendar" uma nova gestação e, nesse período, começar a tomar ácido fólico diariamente, para prevenir malformações do sistema nervoso do bebê. Outra dica é procurar manter o peso ideal antes de engravidar. É importante passar por uma avaliação médica e fazer alguns exames de laboratório, para afastar a possibilidade de infecções ou de dificuldade de funcionamento de algum órgão materno, como os rins. Um aborto espontâneo pode acontecer comumente na natureza e não significa que a próxima gravidez terá qualquer problema.

"O QUE AJUDA A EVITAR A FLACIDEZ NA BARRIGA?"

EVELYN RUBERT, VIA INSTAGRAM

– O principal é fazer exercícios durante toda a gestação, com orientação médica. Recomendo também o uso diário de cremes hidratantes neutros ou óleos naturais, que dão elasticidade à pele, sobretudo nas áreas com maior acúmulo de gordura, como abdômen, seios e coxas. Não engordar excessivamente ao longo da gravidez também é importante – se você está no peso ideal, deve ganhar entre sete e 11 quilos. Mas, vale lembrar que a ocorrência de estrias tem mais a ver com a predisposição individual. É impossível garantir que elas não aparecerão. Por fim, utilizar protetor solar é uma boa medida para evitar o escurecimento das marcas.

11 SEMANAS

É A IDADE GESTACIONAL A PARTIR DA QUAL O RISCO DE ABORTO ESPONTÂNEO TORNA-SE MUITO REDUZIDO. MAIS DE 90% DOS ABORTOS ESPONTÂNEOS OCORREM ANTES DESSE PERÍODO.

"QUANDO O BEBÊ TEM SÍNDROME DE DOWN, A ALIMENTAÇÃO DA GRÁVIDA DEVE MUDAR?"

CARLA SCHULTZ, VIA INSTAGRAM

– Não. A gestante deve manter uma dieta balanceada como em qualquer gravidez. Ao nascer, independentemente da síndrome de Down, o melhor alimento para o bebê é o leite materno. A mãe pode enriquecê-lo comendo bastante proteína magra, frutas e verduras à vontade, além de ingerir carboidratos integrais e abusar dos líquidos. Se quiser, também é possível complementar com cápsulas de ômega 3, 6 e 9, que devem ser recomendadas por um nutricionista. Bebês com Down apresentam certas particularidades só a partir do nascimento. Por causa da hipotonia, que é a baixa tonificação muscular, gastam menos energia e podem ter tendência à obesidade ao longo da vida. A hipotonia também pode levar à constipação intestinal crônica.

WLADIMIR TABORDA É GINECOLOGISTA, OBSTETRA (CRM 54456) E DOUTOR EM MEDICINA PELA UNIFESP. ESCREVEU A *BÍBLIA DA GRAVIDEZ*. É PAI DE PEDRO, 36 ANOS, GABRIEL, 35, LUIZA, 26, E RAFAEL, 9.

W.TABORDA.COLUNISTA@EDGLOBO.COM.BR

FOTO GUTO SEIXAS/EDITORA GLOBO

PARIS EM FAMÍLIA COM A CVC

Paris é mais que uma cidade: é um sonho.
Um sonho que pode ser vivido por toda a família.
A cidade tem atrações para todas as idades
e, não por acaso, recebe milhões de visitantes
todos os anos. Além de conhecer os principais
pontos turísticos como a Torre Eiffel,
o Arco do Triunfo e a Avenida Champs Élysées,
você ainda aproveita deliciosos restaurantes,
lojas de alta costura e diversos museus,
como Louvre, onde está exposto o quadro
mais famoso do mundo: a Mona Lisa.
Para as crianças, Paris não deixa a desejar.
A Disneyland Paris é fantástica e é garantia
de muita diversão na Terra da Magia.

UMA SEMANA EM PARIS

O pacote de uma semana inclui passagem aérea ida e volta voando AIR FRANCE, 4 diárias de hospedagem no **Hotel Citadines Didot Montparnasse Paris ★★★**, ingresso para 1 dia de visita aos dois parques do complexo Disneyland Paris com transporte do hotel para os parques e retorno ao hotel.

À vista R$ **3.936** ou **12X** sem juros **328** reais
Preço publicado válido para saída 19/agosto.

publicis

OS ENCANTOS DA CIDADE LUZ COM ATRAÇÕES PARA TODAS AS IDADES

SÃO MAIS DE MIL LOJAS CVC EM TODO O BRASIL

ENCONTRE A CVC MAIS PRÓXIMA DE VOCÊ NO WWW.CVC.COM.BR/LOJAS, CONSULTE SEU AGENTE DE VIAGENS OU ACESSE NOSSO SITE

Prezado cliente: preço por pessoa, em apartamento duplo, em voo classe econômica saindo de São Paulo. Preços e datas de saída sujeitos a reajuste e disponibilidade. Ofertas válidas até um dia após a publicação deste anúncio. Preços calculados com câmbio CVC 15/5/2017 € 1,00 – R$ 3,58. Pacotes devem ser calculados com câmbio do dia da compra. Condições de pagamento com parcelamento 0+12 vezes sem juros no cartão de crédito CVC, 0+10 vezes sem juros no cartão de crédito ou 1+9 no boleto bancário. Sujeito a aprovação de crédito. Cartão de crédito CVC: sujeito a análise de crédito e critério de elegibilidade pelo banco emissor. Preço base: € 1.098, aéreo voo de ida 459 e voo de volta 454, saída 19/agosto e retorno 24/agosto. Ingresso Disneyland Paris categoria Super Magic 1 dia/2 parques.

CVC
sempreComVC
cvc.com.br/lojas

BARREIRA PARA O BEBÊ

SAIR COM O RECÉM-NASCIDO PODE SER UM DESAFIO: ALÉM DO MEDO DA TRANSMISSÃO DE VÍRUS E BACTÉRIAS, MUITAS VEZES É PRECISO LIDAR COM ESTRANHOS QUERENDO TOCAR NA CRIANÇA. UM NOVO PRODUTO PROMETE ACABAR COM OS INCÔMODOS, MAS TEM CAUSADO DISCUSSÃO NA INTERNET

TEXTO **VANESSA LIMA**

SE FICAR a sós com o bebê é complicado, tente dar uma volta com ele em um local público. Dependendo de onde você for, e das pessoas com quem topa pelo caminho, a vontade é de voltar para casa correndo. Pode parecer exagero, mas a sensaçao é comum, sobretudo para quem encara a paternidade pela primeira vez. Ao notar isso, duas mães de São Paulo (SP) tiveram a ideia de lançar um produto para proteger os pequenos durante os passeios.

É uma versão aprimorada da fralda de pano, que algumas pessoas usam para cobrir a criança no carrinho, no bebê conforto ou na hora da amamentação, para ter privacidade e evitar olhares desconfortáveis de desconhecidos. As amigas Fernanda Dennis e Dorothea Soule criaram um tecido elástico, que pode vir em diferentes estampas. "Também existe o fato de que as mães têm horror de pessoas, amigas ou estranhas, tocarem em seus bebês com as mãos sujas. Com o bebê coberto no carrinho, você cria uma barreira às mãos alheias e curiosos, sem precisar ser indelicada pedindo que o bebê não seja tocado", diz Fernanda.

O tecido pode ser encaixado no carrinho ou no bebê conforto e a abertura é controlada pelo adulto, que pode deixá-lo totalmente fechado, com uma fresta ou com um vão maior, para observar a criança.

No entanto, o acessório tem dividido opiniões entre mães e pais na internet. Enquanto alguns acham que é indispensável no enxoval, outros se preocupam com a segurança e com o isolamento da criança, já que os estímulos visuais ajudam no desenvolvimento cerebral nos primeiros meses de vida. A falta da troca de olhares também foi criticada.

TRIBUNAL ONLINE

OS LEITORES OPINARAM SOBRE O TECIDO PARA COBRIR O BEBÊ NAS REDES SOCIAIS DA CRESCER

"O passeio, os sons e as luzes são estímulos para o bebê, mas, caso ele durma e esteja frio, pode ser uma boa, desde que tenha um buraquinho para dar aquela espiada, né?"

NATÁLIA MENDONÇA, MÃE DE MATIAS, 10 ANOS, E MAYA, 1 ANO E 3 MESES

"Nossa, que coisa horrenda! E capa para amamentação? Parece que o bebê vai sufocar. Fora a atitude egoísta de não deixá-lo interagir com o mundo à sua volta."

RAFAELA CELANO, MÃE DE GAEL, 1 MÊS

"Para a minha bebê não daria certo. Ela odeia quando a cubro. Se cobre o rosto, ela já entra em desespero."

PRISCILA FREITAS, MÃE DE BÁRBARA, 5 MESES

"No frio, eu usaria, sim. Ótima ideia! É só não fechar totalmente para não impedir a circulação do ar. Para amamentar, nunca coloquei, nem colocaria, porque se eu não gosto de me alimentar sufocada, imagine um bebê."

FRANCIELLE SANTOS, MÃE DE JOÃO LUCCA, 1 ANO E 6 MESES

O OBJETIVO DO PRODUTO É PROTEGER O BEBÊ NOS PASSEIOS.

PALAVRA DO ESPECIALISTA

"Não é recomendável deixar o bebê coberto, independentemente do tecido. Entendemos o medo. São muitas infecções, e isso assusta, mas há outros meios de proteção, como as vacinas e o aleitamento. Os passeios dos recém-nascidos devem ser curtos e ao ar livre. Em locais fechados, os vírus ficam concentrados. Mais tarde, a própria criança não aceita ficar coberta, a não ser que ela durma – e, nesse caso, é melhor usar um cobertor e deixar o rosto à vista. Os pais podem pedir para quem for pegar o bebê lavar as mãos antes. Há quem ache antipático, mas também não é simpático deixar a criança fechada. Sem falar que, com o carrinho coberto, não há troca térmica adequada. O ar não circula, a temperatura pode se elevar, aumentando o risco de desidratação. O que o bebê precisa é de proximidade e não de mais barreiras. Não há nada que substitua o olhar dos pais."

MOISÉS CHENCINSKI, PEDIATRA, PRESIDENTE DO DEPARTAMENTO CIENTÍFICO DE ALEITAMENTO MATERNO DA SOCIEDADE DE PEDIATRIA DE SÃO PAULO (SP)

VOCÊ USARIA ESSE TECIDO PARA COBRIR SEU BEBÊ?

Perguntamos para as mães se elas apelariam para o produto com o intuito de proteger os filhos. Confira algumas respostas:

"Ah, gente, pensa que gostoso deve ser ficar ali no escurinho, sem vento... Dá para colocar até uma musiquinha para eles. Tem locais que são barulhentos e os bebês odeiam. Se eu soubesse disso dois anos atrás, certeza que usaria no inverno."

DANUSA LIMA, MÃE DE ANTONELLA, 2 ANOS

"Só consigo sentir pena do bebê nessa situação, perdendo a oportunidade de ser estimulado visualmente. O pior é cobri-lo enquanto mama. Tem coisa melhor do que ver aquele sorriso fofo? Nunca perdi esses momentos por medo ou vergonha."

XIMENIA CLAUDIO, MÃE DE CATARINA, 2 ANOS

"Se o bebê não vê o mundo, não adquire imunidade, não interage com os outros, para que sair com ele? Fica em casa. Bom senso cabe em todo lugar. Qualquer pessoa com um pingo de discernimento sabe que não pode pegar um bebê com mãos sujas."

CAROLINE MORELLI, MÃE DE MARIA EDUARDA, 13 ANOS, E ISADORA, 4

PARTICIPE DA SEÇÃO POLÊMICA DO MÊS

FOTO: DIVULGAÇÃO

CAPA

EDUCAR SEM ESTRESSE

SEU BEBÊ CRESCEU. AGORA, ELE GRITA, DESOBEDECE, FAZ BIRRA... COMO LIDAR COM TUDO ISSO? CASTIGO? COMBINADOS? RESPIRE! AQUI, VOCÊ VAI DESCOBRIR O MELHOR CAMINHO A SEGUIR PARA ENSINAR LIMITES AO SEU FILHO

TEXTO **MARIA CLARA VIEIRA**
COM **VITÓRIA BATISTOTI**

FOTO: GEORGIJEVIC/GETTY IMAGES

"Muita gente entrega os pontos." É com essa frase que o filósofo Mario Sergio Cortella começa a tocar na ferida de tantas famílias: a disciplina das crianças. Em seu livro recém-lançado, *Família: Urgências e Turbulências* (Cortez Editora, R$ 38), ele propõe discussões fundamentais sobre o assunto e convida o adulto a refletir sobre o relacionamento com o filho *(confira entrevista nas páginas a seguir)*. Para o escritor, é crescente o número de casais que simplesmente desistem de educar, ou, nas palavras dele, "de fazer o esforço necessário para formar alguém". E haja esforço! Tem desafio maior do que dar limites a um ser humano em formação?

Antes de tudo, porém, é importante que um ponto fique bastante claro: disciplina jamais deve ser sinônimo de agressão física contra o seu filho, nem mesmo naquele momento em que você pensa que não há nada mais a ser feito. Além de existir uma lei que proíbe a palmada, a ciência e os especialistas são unânimes sobre as consequências negativas dos tapas, beliscões, chineladas, gritos e outras formas de violência corporal e verbal. Ao longo dos últimos 50 anos, pesquisadores das Universidades do Texas e de Michigan (EUA) realizaram um estudo com mais de 160 mil crianças – o maior e mais completo já feito sobre o tema – e concluíram que, quanto mais elas apanham, mais desafiam os pais, se tornam antissociais, ficam agressivas e podem apresentar problemas cognitivos.

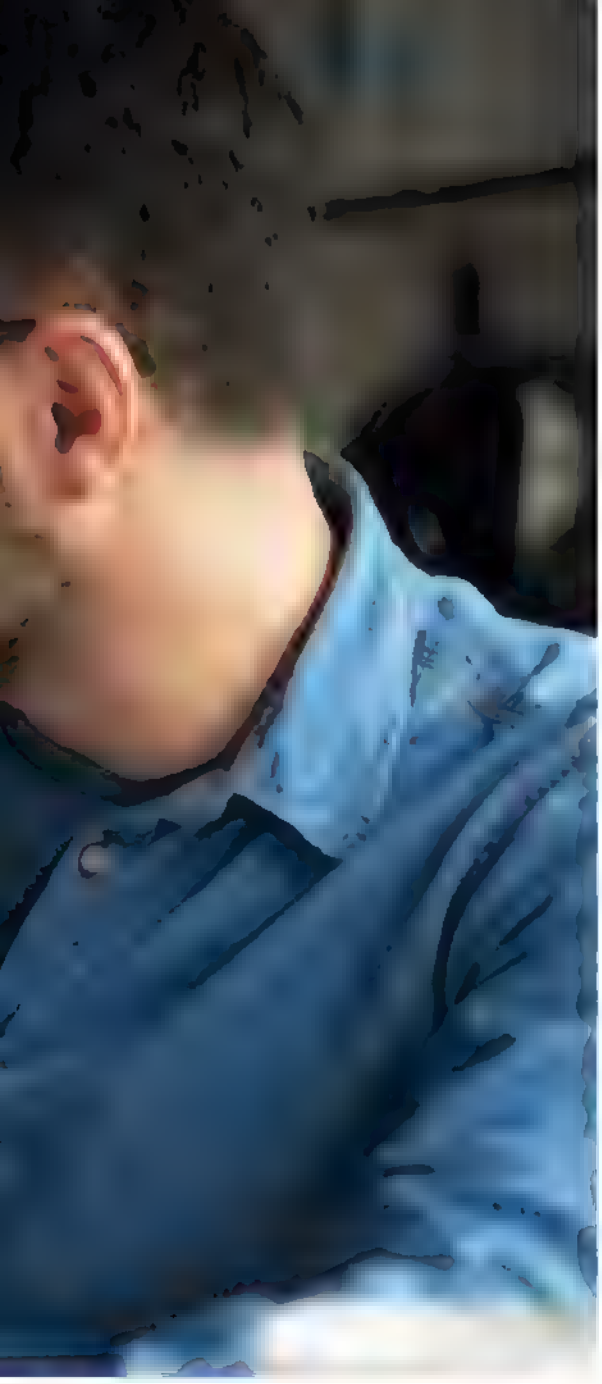
Por isso, a educação (ou disciplina) que Cortella e os demais especialistas entrevistados defendem é aquela construída na base do diálogo e das consequências das ações, que ensina a criança sobre limites e comportamentos adequados para uma boa convivência familiar e social. Antes de você entrar nessa empreitada, vale ter em mente que o caminho a ser percorrido é árduo e requer um trabalho consistente. Os pais precisam estar seguros de suas atitudes e saber que, sim, será preciso repetir muitas e muitas vezes a mesma mensagem ao filho, desde as questões simples ("agora é hora de dormir") até as complexas ("você não deve mentir porque..."). Falar de novo e de novo faz parte do processo. "As crianças testam o limite, desafiam. E internalizam o que foi combinado pela repetição. É preciso relembrá-las constantemente", diz a psicóloga e psicopedagoga Tania Paris, presidente da Associação pela Saúde Emocional de Crianças. Tenha isso como mantra antes de soltar o próximo: "Já falei mil vezes que não pode!"

COMBINADOS E AFETO

Uma estratégia eficaz para lidar com comportamentos indesejados são os combinados – mas saiba que você, adulto, deve dar o exemplo e cumprir sua parte para que os acordos funcionem. "O pai não pode flexibilizar o que foi acordado só porque está ocupado ou com pressa. Quanto menor for a criança, mais ela precisa de um campo seguro", diz Tania. Vamos supor que você não quer que ninguém coma na sala: exponha essa regra, explique os motivos e não quebre a norma (as crianças estão sempre atentas!). Assim, se um dia ou outro o seu filho se sentar no sofá para almoçar em frente à TV, em vez de gritar, dar bronca ou se descontrolar, tente fazê-lo se lembrar do que foi dito anteriormente, questionando em tom amigável: "Onde é o lugar de comer?" Ele mesmo irá responder: "Na mesa!". "Essa é a positividade da proibição, isto é, lembrar o limite de uma forma tolerável", afirma a especialista.

É preciso lembrar que, para os combinados funcionarem, é necessário que os pais conheçam o filho, o que só se

FOTO: GEORGIJEVIC/GETTY IMAGES



consegue com muita conversa e convivência, dupla fundamental na criação e educação das crianças. "Os estudos apontam que, mesmo pequenas, elas têm entendimento do bom e do mau, do prazer e do desprazer. E elas apreendem esses conceitos pelo tom de voz e expressões faciais, e não por meio da linguagem e das palavras, como o adulto", afirma a psicóloga Rita Calegari, da Rede de Hospitais São Camilo (SP).

Para isso, é preciso... tempo junto! Segundo aponta a psicóloga Laércia Abreu Vasconcelos, professora da Universidade de Brasília, os pais devem ter momentos diários de carinho e diálogo com os filhos. Segundo ela, a correria do dia a dia e os compromissos profissionais não devem ser escudos para esse convívio. "A família não pode esperar que o excelente motorista, a excelente babá e a excelente escola atuem como pais e mães. Isso nunca acontecerá e o abismo se mostrará. A falta de pai e de mãe pode ter muitos efeitos desastrosos em curto, médio e longo prazo", diz. Quando está com a criança, o adulto consegue explicar o que se espera dela e por que certas ações não são toleradas.

Espalhar todos os brinquedos, pular no sofá, jogar bola dentro do apartamento... Diante do próximo mau comportamento, a primeira pergunta que você deve se fazer é: por que será que meu filho está agindo assim? Muitas vezes, é uma maneira de chamar a atenção dos adultos (ainda que seja para levar uma bronca), em outras, está somente se divertindo. Ou seja, não percebe que aquele ato causa algo grave. "O adulto sabe que alguns comportamentos trazem problemas, como se machucar ou bagunçar a casa, mas a criança ainda não", diz Cassia Thomaz, professora de Psicologia da Universidade Presbiteriana Mackenzie (SP). Então, ensine por que não se deve fazer aquilo e pense em alternativas para suprir a necessidade que a criança tem de brincar e de receber afeto. Vale, por exemplo, propor uma nova atividade, mais segura e que faça menos bagunça – pode testar que funciona!

FASE A FASE

Ainda assim, é fundamental que os pais entendam e respeitem as descobertas de cada fase da infância. Não encare como desobediência ou malcriação aquilo que é apenas um experimento típico de determinada faixa etária. Um bebê de 7 ou 8 meses, por exemplo, vai jogar inúmeras vezes o brinquedo no chão, repetidamente, por mais que os pais peçam para ele parar. Uma criança com cerca de 2 anos irá rabiscar alguma parede ou um móvel sem que você veja. E ela também vai surpreendê-lo com, pelo menos, uma birra em público, por mais limites e educação que você dê. Tudo isso é inerente à idade. Respeitar as fases não significa ser permissivo nem deixar que os filhos se tornem os "reis" da casa. "A criança deve entender que há coisas que fazemos porque gostamos e, outras, porque precisamos. É papel nosso explicar isso a ela e, quanto mais natural for a forma que os pais lidam com a situação, melhor", afirma Cassia. Isto é, desde pequeno, o seu filho deve perceber que toda ação traz uma reação, positiva ou negativa.

Como nem tudo funciona sempre da mesma maneira, se prepare! Há dias mais difíceis, em que os combinados e as conversas não surtem efeito e a criança não quer saber de entrar em um acordo. Nessa hora, você pode adotar atitudes mais práticas. Sim, estamos falando do polêmico castigo. Alguns especialistas são contra, enquanto outros acreditam que não há problema em utilizá-lo eventualmente.

É consenso, porém, que, sozinho, ele não educa – mas pode ajudar em situações mais imediatas, seja para apaziguar os ânimos ou para mostrar que são os pais que têm a palavra final. "O castigo é uma restrição, como uma multa, devido a um comportamento que não é do agrado dos pais. Às vezes, o filho não sabe por que está sendo punido nem que fez algo errado", afirma a psicóloga clínica Ana Cássia Maturano, de São Paulo (SP). "Nós, psicólogos, preferimos falar mais em 'consequência' do que em 'castigo'. Incentivamos que os pais expliquem os resultados dos atos à criança. Ela deve entender que existem regras para o bem viver", diz a psicóloga Rita.

Mas, antes de sair aplicando castigos (ou consequências) à revelia, o casal precisa estar alinhado sobre o que quer ensinar ao filho. "É necessário pautar os valores", diz a coordenadora do ambulatório do Centro de Referência da Infância e Adolescência do Departamento de Psiquiatria da Unifesp, Vera Zimmermann. A seguir, confira dicas do que pode funcionar aí na sua casa e acalme o seu coração: você sabe (e o seu filho também) que dar limites e educar são atos de amor. Tenha isso em mente!

SEM DIVERSÃO

Deixar o seu filho durante um ou dois dias sem o brinquedo favorito dele pode ser uma forma de ajudá-lo a entender que o ato errado teve consequência. Os especialistas dizem que, atualmente, os eletrônicos (como tablets e videogames) costumam ser os itens dos quais a criança mais sente falta nessas situações. Só fique atento à reação do seu filho: para alguns, ficar sem o objeto funciona. Para outros, o que resolve é ser impedido de ir a uma festa de aniversário, à casa de um amigo ou a um passeio esperado. Apenas tome cuidado para que o castigo não penalize os irmãos e o restante da família. Também é importante reforçar que os pais devem sempre explicar por que o filho está perdendo algo temporariamente. Uma vez anunciado e aplicado o castigo, não volte atrás e não devolva o item antes do combinado.

MÃO NA MASSA

Você entra no quarto da criança e arregala os olhos. Ela fez uma bagunça tão grande que mal dá para acreditar. O seu filho tirou todas as roupas da gaveta, puxou o rolo do papel higiênico, espalhou os brinquedos pelo quarto, pintou a parede com seu batom favorito ou fez qualquer outra arte desse tipo... Então, nada mais justo que ele ajude na limpeza e arrumação. Explique por que aquilo é errado e diga que só poderá voltar a brincar depois que participar da organização de tudo. Assim, ele entenderá como é trabalhoso, demorado e cansativo o "pós-bagunça", e pensará melhor antes de fazer a próxima confusão.

CADA UM NO SEU CANTO

Uma estratégia adotada por muitos pais é deixar a criança sentada, quieta, isolada por alguns poucos minutos, sem distrações, como TV ou brinquedos, para que ela entenda que a ação errada teve uma consequência. Essa forma de lidar com o mau comportamento divide os especialistas. Enquanto alguns psicólogos refutam o método, outros dizem que ele pode ser usado eventualmente. Para a psicóloga Ana Cássia Maturano, a criança não vai usar aquele tempo para "pensar no que fez de errado", como alguns pais acreditam. Mas a estratégia visa, isso sim, acalmar os ânimos de ambos os lados (do adulto e do filho) quando a situação está muito tensa para que, um tempo depois, a conversa possa fluir melhor. O curioso é que, mesmo parecendo um castigo relativamente fácil de ser aplicado, muitas famílias têm dificuldade para colocá-lo em prática: um estudo da Universidade de Yale (EUA) descobriu que 85% dos pais sabotam a própria tática e, consequentemente, a criança fica perdida, sem entender o que toda aquela cena significa. De acordo com os cientistas de Yale, há alguns detalhes a serem observados. Confira:

O QUE FAZER

→ Coloque a criança no "cantinho" imediatamente após se comportar mal.

→ Ela deve se manter sentada, quieta e sem briquedos.

→ Cumpra o tempo estipulado. Depois, explique o que ela fez de errado.

O QUE NÃO FAZER

→ Não avise muitas vezes que ela irá para o "cantinho".

→ Não diminua o tempo estipulado.

→ Não converse com a criança durante o período.

→ Não ofereça livros ou atividades para ela se distrair.

FOTO: GEORGIJEVIC/GETTY IMAGES

TODOS EM SINTONIA

As pessoas são naturalmente diferentes. É por esse motivo que o pai e a mãe, sejam eles casados ou divorciados, podem ter ideias um pouco discrepantes (ou opostas!) sobre a criação dos filhos. É comum que um coloque de castigo e o outro tire; um repreenda, o outro diga que não precisa tanto. Soa familiar? Diante desse tipo de situação, tenha cuidado para que a criança não fique confusa sobre o que pode e o que não pode, o que é aceitável e o que não é. O seu filho deve entender, com clareza, as regras da casa, da rotina e da família. Para isso, o casal tem que passar por cima das diferenças e combinar, entre eles, o que se espera da criança, o que pode ser relevado e o que é inaceitável no comportamento.

Algumas questões, como as que envolvem a segurança e a saúde, são inegociáveis, enquanto outras podem ser relativizadas. Por exemplo: a criança deve tomar banho todos os dias, isso é uma regra sem exceções. Mas, para pais separados, o horário desse banho talvez possa variar – na casa da mãe é de manhã, na do pai é à noite, e tudo bem. Lembre-se sempre de que o diálogo é o caminho mais sensato e mais acertado para decidir o que é melhor para os filhos. No entanto, mesmo sabendo disso, alguns pais têm conflitos tão profundos que a conversa se torna praticamente impossível. Nesses casos, os parentes próximos, que participam da rotina (como avós ou tios), podem ajudar a fazer o meio de campo, para que todos estejam alinhados para garantir o bem-estar infantil. Se nem mesmo isso for possível, a ajuda de um psicólogo é bem-vinda.

DEPOIMENTO

"Eu converso bastante com o meu filho. Muitas vezes, ele quer mexer onde não pode ou jogar bola dentro de casa. Peço para parar e ele costuma ouvir. Se não funciona, aviso que vai receber castigo e cumpro o prometido. Tiro algo que ele gosta muito, como o videogame, por um ou dois dias. Eu explico: 'Você está sem porque não me obedeceu'. Costuma dar certo. Às vezes, ele responde: 'Você é chata', e eu me sinto a pior mãe do mundo. Mas sei que faço para o bem dele."

BRUNA FIALHO, 30, AUXILIAR ADMINISTRATIVA, MÃE DE LUCCA, 5

O PAPEL DA ESCOLA

Nem só a família, nem só a escola: o trabalho de educação da criança deve ser feito em conjunto. A psicopedagoga Quézia Bombonatto, membro da Associação Brasileira de Psicopedagogia, explica que precisa haver uma troca entre os pais e a instituição de ensino. "Não adianta colocar a criança em uma escola rígida se em casa ela tem muita liberdade. A escolha do local depende daquilo que a família quer passar como formação para o filho", afirma. A especialista diz ainda que, atualmente, é comum os professores estabelecerem em classe, junto com os alunos, as regras de convivência e de comportamento. Diante dos impasses que surgem, como mordidas e disputas por brinquedos, uma saída adotada é a roda de conversa, para discutir a situação. "Essa atitude funciona muito bem com crianças pequenas. Eles vão falando, trazendo os conflitos. A professora deve convidar a classe toda para pensar sobre o assunto, levantar ideias e encontrar uma solução para ser usada dali para frente. É uma construção", diz Quézia.

COMO ERA ANTIGAMENTE

1927

O Código de Menores foi a primeira legislação para infância e adolescência no Brasil Ele autorizava "castigos moderados" para as crianças.

1959

ONU cria a Declaração Universal dos Direitos das Crianças e reconhece que elas necessitam de amor e compreensão para crescer de forma plena.

1990

Brasil publica o Estatuto da Criança e do Adolescente, com o objetivo de garantir a proteção integral do indivíduo em desenvolvimento.

2014

Aprovada no Brasil a Lei da Palmada, que proíbe a violência física e o tratamento cruel e degradante dos adultos contra as crianças

"CUIDAR DE ALGUÉM IMPLICA ABDICAR DE ALGUMAS COISAS PARA PODER TER UM TEMPO COM AS CRIANÇAS."
CORTELLA

TOM DE VOZ

Agressões verbais, gritos, humilhações e opressão emocional não funcionam. Geram angústia e fazem com que a criança sinta mais raiva do que desejo de mudar a postura. O ideal é que os pais estejam tranquilos, em equilíbrio e com firmeza na hora de repreender a atitude do filho. "Eles devem se colocar na posição de um adulto responsável por estar guiando um ser em desenvolvimento. Quando enxergam a criança na idade mental que ela tem incentivam uma reflexão e, assim, ensinam o que está errado. Se a criança mesma reflete, o aprendizado é muito maior", diz a neuropediatra Liubiana Arantes Regazoni, presidente do Departamento Científico de Pediatria do Desenvolvimento e Comportamento da Sociedade Brasileira de Pediatria. Porém, se o descontrole emocional é prejudicial, conter demais os sentimentos também não é saudável. "Às vezes, gritamos, saímos um pouco do controle e não precisamos nos culpar, se for eventual. O controle em excesso pode ser prejudicial, pois pais muito contidos não passam o que sentem aos filhos", diz a psicóloga Ana Cássia. "Deve haver emoção na conversa. Mas, se os pais notam que a comunicação não está surtindo efeito, é válido buscar um psicólogo para encontrar uma maneira de dialogar com a criança", diz.

ENTREVISTA

CONFIRA O BATE-PAPO DE **CRESCER** COM O FILÓSOFO MARIO SERGIO CORTELLA SOBRE EDUCAÇÃO DOS FILHOS

Os adultos estão com medo de exercer a autoridade sobre as crianças?
Pois é. A família não pode ser uma ditadura, mas não é uma democracia. É uma organização participativa, uma estrutura de convivência em que todos têm dignidade igual, mas não a mesma autoridade. Os adultos são responsáveis pelas crianças. Há uma estrutura de subordinação. A amizade é necessária, mas não a camaradagem.

Você acredita que os pais não sabem aproveitar o tempo com os filhos?
Prioridade não tem plural. Há muitos pais que não têm clareza da prioridade. Alguns têm tanta diminuição da convivência com os filhos que, quando ela acontece, o adulto acaba soterrando a criança com mera troca de bens, para que ela fique entorpecida. Isso é muito negativo. Os pais do passado não passavam tanto tempo com os filhos, mas havia uma convivência mais densa. Hoje é muito superficial. Atualmente, muitos usam o fim de semana inteiro para manter o filho entretido e ocupado, como se fossem recreadores.

Como você compara a criação dos seus filhos e a sua?
Tenho três filhos adultos. Eu trouxe muitas coisas da minha criação para eles: a capacidade de amizade, a conversa, a rigorosidade em relação ao esforço e aos valores de honestidade e decência. Deixei para trás os castigos hiperdimensionados e o exagero em relação às criancices que antes eram tomadas como ofensas.

FAMÍLIA: URGÊNCIAS E TURBULÊNCIAS, TEXTO DE MARIO SERGIO CORTELLA, ED. CORTEZ, R$ 38.

FOTO GEORGIJEVIC/GETTY IMAGES GIG KASS E DIVULGAÇÃO

CHECK-LIST

O QUE NÃO FAZER NA HORA DE EDUCAR O SEU FILHO

→ Gritar, falar de forma bruta e violenta.

→ Usar tom de súplica, como: "Filhinho, não faz assim, por favor".

→ Passar mensagens ambíguas ou fazer ameaças vazias, como: "Se você não parar, você vai ver".

→ "Terceirizar" a criação da criança, deixando toda a educação sob responsabilidade de um terceiro, como a babá, os avós ou a escola.

→ Evitar os extremos: ser muito liberal ou rígido demais não é bom. Busque sempre o equilíbrio.

→ Exagerar nas ordens: isso fará a criança querer burlar as regras.

→ Penalizar a criança com castigos frequentes e desproporcionais à ação e à idade dela.

→ Barganhar. Em vez de: "Se você comer a salada eu dou chocolate", prefira explicar o real motivo das coisas: "Você precisa comer as verduras para crescer e ter saúde".

DEPOIMENTO

"Eu repreendia minha filha por qualquer comportamento inadequado e percebi que ela estava ficando insegura. Então, comecei a ser mais maleável. Muitos pais confundem o falar com firmeza e o falar com agressividade. É possível ser firme com amor e respeito. Converso muito com a Julia. Se desobedece, aviso que ficará de castigo. Quando eu desligo a televisão ou tiro um brinquedo, ela já pede desculpa.Ela sabe que toda ação dela tem um retorno positivo ou negativo."

PRISCILA SEGALLA, 35, DONA DE CASA, MÃE DE JULIA, 2 ANOS.

NO MUNDO

O Brasil se colocou à frente de muitos países ao criar mecanismos legais para prevenir e punir qualquer forma de violência física contra crianças. Em uma série de nações desenvolvidas, como França, Inglaterra e EUA, os castigos corporais ainda são aceitos em alguns casos. Lugares como Arábia Saudita, Nigéria e Malásia não possuem nenhuma forma de restrição da prática.

FONTE: THE GLOBAL INITIATIVE TO END ALL CORPORAL PUNISHMENT OF CHILDREN

PALMADA, NUNCA!

"Na minha época, era só dar uma chinelada e a criança obedecia." Quem nunca ouviu esse tipo de comentário de pessoas mais velhas? Felizmente, os tempos mudaram. Desde 2014, a Lei da Palmada proíbe castigos físicos na educação de crianças e de adolescentes no Brasil. Mas ainda assim é necessário reforçar para os pais que as palmadas e outras agressões não devem ser usadas como método de disciplina, como diz a neuropediatra Liubiana: "O castigo físico coloca a criança em risco, desencadeia uma descarga de neurotransmissores negativos na corrente sanguínea e aumenta a frequência cardíaca. A agressão assusta. Ela só irá parar de fazer o que é errado por medo de sofrer as represálias, e não porque compreendeu que aquilo é de fato errado". Nos casos de punição física recorrente, a vítima pode sofrer com o estresse tóxico, que leva a problemas de desenvolvimento cerebral – situação que pode funcionar como gatilho para o aparecimento de depressão, automutilação, transtorno de conduta e comportamentos de criminalidade. Outro ponto importante é que, como o ser humano tem o hábito de repetir costumes, se a violência estiver presente na rotina da criança, essa prática se tornará um mecanismo social na vida dela. "Ou seja, quando o adulto se sente contrariado e agride o filho, ele vai entender que, sempre que estiver chateado ou nervoso, pode agredir os outros", afirma a especialista. O contrário também acontece: se ela é compreendida e educada com respeito e carinho, será dessa forma que vai se relacionar e resolver os diversos impasses que surgirão na vida, hoje e quando constituir uma família.

VEJA 23
DICAS PARA
AMAMENTAR
NUMA BOA

TUDO O QUE VOCÊ PRECISA SABER SOBRE LEITE

ELE É O PRIMEIRO ALIMENTO DA VIDA E ESSENCIAL PARA O DESENVOLVIMENTO DOS ÓRGÃOS E PARA A FORMAÇÃO ÓSSEA DAS CRIANÇAS. DO MATERNO AO DE CAIXINHA, DESCUBRA TUDO SOBRE O LEITE NA DIETA INFANTIL

TEXTO **RENATA MENEZES**

PODEROSO. É assim que podemos descrever, muito resumidamente, o leite materno, já que ele tem tudo (e na medida certa!) que o bebê precisa para se desenvolver plenamente nos primeiros meses de vida. Recomendado pela Organização Mundial de Saúde (OMS) como alimento exclusivo até os seis meses e como complemento até os 2 anos ou mais, ele é composto por proteína, carboidrato e gordura. É uma fonte inesgotável de vitaminas e minerais, como cálcio, potássio, zinco, magnésio e fósforo, que garantem o bom funcionamento das células, tecidos, músculos e órgãos do corpo todo. E o melhor: já vem aquecido e pronto para o consumo. "O organismo da mãe é tão sábio que ele sai do seio na temperatura corporal, cerca de 36°C a 37°C, para a criança não perder caloria", explica o pediatra Hugo Ribeiro, professor da Universidade Federal da Bahia, consultor da OMS e especialista em nutrologia infantil pela Universidade de Cornnel (EUA). Água também é o que não falta a ele. É por isso que a criança amamentada somente no peito até o sexto mês não necessita de mais nada.

Além de nutrir e hidratar, o que torna esse leite ainda mais precioso é seu poder de evitar inúmeras doenças, fortalecendo o sistema imunológico dos bebês por meio dos anticorpos da mãe, que são liberados para o filho naturalmente do início ao fim da mamada. Recentemente, uma pesquisa da Universidade de Western (Austrália) revelou outro feito: durante a amamentação, se o leite que retorna pelos ductos mamários com a saliva do bebê carregar micro-organismos nocivos, o organismo da mulher os identifica estimulando uma resposta

FOTO DIEGO CAGLIONI/GETTY IMAGES

NÃO DESISTA!

Amamentar nem sempre é fácil, mas não impossível. Claro que há uma série de questões que podem dificultar o aleitamento, e não só no que diz respeito à mãe. "Prematuros, por exemplo, tendem a ter dificuldade em sugar, crianças com problemas anatômicos na boca também. Ainda assim, todos eles podem ser driblados, desde que a mulher receba apoio e orientação", diz o pediatra e nutrólogo Ary Lopes Cardoso, responsável pela Unidade de Nutrologia do Instituto da Criança do Hospital das Clínicas, da Faculdade de Medicina da USP. Mas uma das grandes barreiras para o sucesso da amamentação é quando a mãe passa a desacreditar da capacidade do leite que produz. Por isso, nunca é demais reforçar: não existe leite materno fraco. E, ele é, sim, o melhor alimento que você pode oferecer ao seu filho. Por isso, insista. Será essa persistência, aliás, que vai ajudar na produção. "Os seios não são reservatórios que esvaziam. Eles produzem o líquido durante as mamadas. Por isso, quanto mais o bebê sugar, mais leite a mãe terá. Quem dita isso é a criança, de acordo com sua saciedade", explica a pediatra e nutróloga Daniela Gomes. Portanto, relaxe, até porque o nervosismo pode ser prejudicial. Quando a mãe está estressada, o organismo pode ter dificuldade de liberar a ocitocina, hormônio responsável pela descida do leite. Mas, veja só, mesmo nesses casos, ainda há saída, por meio da relactação – técnica em que se utiliza uma sonda para o bebê mamar no peito. Confie no seu taco e peça ajuda sempre que sentir necessidade.

imunológica que muda a composição do leite. Ou seja, aumenta a quantidade de leucócitos para proteger a criança de infecções. Não à toa, os especialistas são unânimes em afirmar que ele é o melhor alimento para a criança, mesmo após a introdução alimentar, que deve ocorrer a partir do sexto mês.

Porém, mesmo com tamanha importância, apenas metade das mães consegue amamentar o filho até o primeiro ano, segundo dados de uma pesquisa publicada na revista científica *The Lancet*. O estudo mostrou também que 68% das crianças brasileiras são amamentadas na primeira hora de vida e apenas 25% até os 2 anos. Há uma série de fatores que podem prejudicar o aleitamento, como a anatomia e fissuras dos seios, o estresse no pós-parto, entre outros *(confira quadro ao lado)*. E, como a criança precisa ganhar cerca de 30 gramas por dia ou 900 gramas por mês nos primeiros meses de vida para se desenvolver bem, quando ela não atinge essa meta e o ganho insuficiente de peso está comprometendo a saúde, o pediatra pode sugerir a fórmula láctea como coadjuvante do leite materno.

VERSÃO ARTIFICIAL X CAIXINHA

Também conhecido como leite em pó, a fórmula láctea foi desenvolvida na década de 1970, mas só na metade dos anos 1980 tornou-se popular. Como o leite materno não pode ser copiado, a maioria é feita a partir do leite de va-

FOTO CHRISTINA SCHMIDHOFER/GETTY IMAGES

92%

DO LEITE MATERNO É COMPOSTO POR ÁGUA

ca e tem característica semelhante ao humano, já que são enriquecidos com nutrientes no processo de fabricação, como vitaminas A e D (que não tem no leite animal), essenciais para formação óssea e para o sistema imunológico. A quantidade de gordura, proteína e o carboidrato (lactose, que é o açúcar do leite) também é modificada para atender a cada fase do desenvolvimento da criança.

Vale lembrar que as fórmulas devem ser servidas de acordo com as instruções da embalagem, respeitando a idade da criança e a quantidade de pó e água. "Colocar mais leite do que o recomendado pode levar ao excesso de peso e, menos, fará com que a criança não receba a quantidade adequada de nutrientes. Na hora de preparar, também é importante usar água filtrada", diz a pediatra e nutróloga Daniela Gomes, do Hospital do Coração (SP). Vale lembrar que o tipo de fórmula a ser oferecida deve ter recomendação do pediatra ou nutricionista, de acordo com as necessidades de cada criança *(leia informações no quadro ao lado)*.

Embora os fabricantes indiquem o composto lácteo até os 2 anos ou mais, o pediatra Hugo Ribeiro alerta que, como a criança já come de tudo após 1 ano, inclusive os derivados do leite, como queijos e iogurtes, o organismo já está acostumado a digerir o leite de vaca integral, popularmente chamado

FÓRMULAS LÁCTEAS

FASE 1	FASE 2	FASE 3
ATÉ 6 MESES	**DE 6 A 10 MESES**	**A PARTIR DOS 10 MESES**
É enriquecido com ferro e vitaminas e contém menos lactose (açúcar do leite) do que o de vaca. O indicado é até 1.000 ml, dependendo da idade da criança, divididos a cada três horas.	Tem mais lactose, ferro e proteínas do que a fase 1, para garantir as necessidades nutricionais nessa faixa etária. São indicados 600 ml, divididos em três vezes ao dia.	Contém mais vitaminas, zinco e cálcio do que os demais e quase a mesma quantia de lactose do leite de vaca. São indicados cerca de 400 ml, divididos em duas vezes diárias.
QUANTIDADE DIÁRIA 1.000 ml	**QUANTIDADE DIÁRIA** 600 ml	**QUANTIDADE DIÁRIA** 400 ml

ENTENDA O RÓTULO

Dependendo do fabricante, a fórmula pode ter a versão normal ou específica para atender crianças alérgicas à proteína, intolerantes a lactose, com refluxo gastroesofágico e constipação intestinal. Porém, siga a orientação do pediatra do seu filho. Confira:

AR OU ANTIRREFLUXO – É igual à fórmula normal, mas tem um amido que, junto com o suco gástrico, forma um gel e "pesa" no estômago, evitando que o leite volte.

SEM LACTOSE – É indicado para crianças que têm intolerância a ela *(entenda mais na página a seguir)* e apresenta sintomas como diarreia persistente, cólicas abdominais e flatulência.

HA OU FÓRMULAS HIPOALERGÊNICAS – Possui proteínas hidrolisadas ou parcialmente hidrolisadas para quem tem alergia à proteína do leite de vaca.

FÓRMULAS PREBIÓTICAS – Geralmente esse tipo contém adição de fibras para as crianças que sofrem com constipação intestinal.

DHA E ARA – Trata-se de gorduras importantes para o desenvolvimento mental da criança. No entanto, a maioria das fórmulas já tem.

À BASE DE SOJA – Feito a partir da proteína isolada da soja, pode ser suplementado com aminoácidos (responsável pela formação muscular). Outra opção para crianças com alergia e intolerância.

INTOLERÂNCIA OU ALERGIA?

Estima-se que uma a cada 20 crianças tem alergia à proteína do leite de vaca (APLV) e podem apresentar coceira, urticárias e inchaço como sintomas dessa reação alérgica. Esses, aliás, podem aparecer durante o aleitamento materno ou depois, na introdução de outro leite. A enfermeira Aline Vanzelli, 22 anos, descobriu algumas bolinhas e manchas vermelhas no corpo de sua filha Laura, 1, quando ela tinha três meses. "Como o médico suspeitou de APLV e ela mama no peito, ele pediu para eu retirar o ingrediente da minha alimentação, pois a proteína era passada para ela através do meu leite", conta. Após excluí-lo da dieta, a menina parou de ter problemas. Segundo o pediatra Fábio Ancona, especialista em nutrição infantil (SP), a falta de diagnóstico preciso pode aumentar os riscos e, em casos extremos, até levar à morte por anafilaxia, que é a reação mais grave. Já a intolerância à lactose é outra doença. "Ela acontece quando o organismo não produz a quantidade ideal de lactase, enzima intestinal responsável por digerir a lactose, o que leva a reações como diarreia, vômito e assadura perianal", diz o pediatra Antonio Carlos Pastorino, chefe da Unidade de Alergia e Imunologia do Instituto da Criança (SP). Como os especialistas não recomendam o uso de lactase sintética para crianças, principalmente menores de 5 anos, é melhor retirar o componente da dieta. Na dúvida, procure sempre um especialista.

COMPOSIÇÃO DO LEITE DE VACA INTEGRAL

OBS: ESSA COMPOSIÇÃO PODE VARIAR DE ACORDO COM A RAÇA DA VACA | FONTE: EMBRAPA

de caixinha. "Portanto, ela não precisa mais do artificial que, inclusive, é mais calórico e caro", diz. No entanto, o leite de vaca é considerado o mais polêmico na área alimentar.

O médico americano Frank Oski, ex-diretor do Departamento de Pediatria da Universidade John Hopkins (EUA) e autor do livro *Don't Drink Your Milk* (Não Beba o seu Leite, em tradução livre), afirma que o alimento da vaca foi feito para os bezerros e não para humanos e possui proteínas e gorduras que são difíceis de serem digeridas. Ou seja, pode provocar alergias, constipação intestinal, difícil digestão, irritação dos tecidos e órgãos e baixar os níveis de minerais no sangue. Algumas pesquisas também mostram que alterações hormonais em crianças e adolescentes poderiam estar associadas com o consumo exagerado do alimento e seus derivados. Porém, vários outros estudos, como o do médico norte-americano Robert J. Collier, publicada no *Journal of Animal Science,* e pesquisa referência para o assunto, mostra que, embora exista o uso de hormônios do crescimento na alimentação dos animais, essas substâncias não são absorvidas pelo nosso organismo. Para os especialistas entrevistados pela CRESCER, apenas crianças com intolerância a lactose ou alergia à proteína do leite devem evitá-lo. Segundo eles, como cerca de 70% da massa óssea é criada até a adolescência, o cálcio (considerado o "cimento" do osso) é indispensável.

O leite de caixinha pode ser encontrado nas versões integral, semidesnatado (com 50% menos calorias e gordura) e desnatado (isento de gordura e com poucas calorias). O melhor tipo para as crianças a partir de 1 ano – se ela não for obesa ou tiver problemas cardiovasculares ou refluxo, por exemplo – é o integral, que contém mais gordura, importante na infância desde que seja consumida com moderação.

Na prateleira, você encontra o pasteurizado ou Ultra High Temperature (UHT, em embalagem longa vida). A diferença entre eles está no tipo de temperatura a que são submetidos para eliminação dos micro-organismos. No processo de pasteurização, é aquecido a 75°C. Deve ser conservado sob refrigeração e tem um prazo de validade médio de cinco a dez dias. Já no UHT, a bebida é aquecida

ALTERNATIVAS

Já ouviu falar dos leites vegetais? Eles podem ser consumidos por crianças com APLV ou intolerância a lactose, a partir de 1 ano, e são encontrados nas versões soja, aveia, arroz e coco, entre outros. Só não se iluda: a composição deles é bem diferente do leite comum, apesar de receber esse nome. "Como geralmente é feito a partir do grão ou cereal com água, herda os componentes nutritivos e o sabor daquele alimento", diz Débora. O leite de arroz, por exemplo, é rico em carboidratos e de fácil digestão, mas pobre em cálcio (a não ser que o fabricante enriqueça o produto com o mineral e outros nutrientes). O de aveia é rico em zinco (que reforça a imunidade) e em fibras, que ajudam o intestino preguiçoso. Já o de soja é o melhor no quesito proteína, pois contém maior quantidade do nutriente. Há vários tipos disponíveis no mercado e até mesmo aqueles com adição de frutas, que tem melhor aceitação pelas crianças. Mas evite comprar o produto sem conversar com o pediatra, já que muitos podem conter açúcar em sua formulação. Você também pode fazer em casa. Confira passo a passo abaixo.

RECEITA

LEITE DE AVEIA

INDICAÇÃO: A PARTIR DE 1 ANO
RENDIMENTO: 800 ML

1 copo (200 ml) de aveia em flocos
4 copos (200 ml) de água

Misture tudo em uma jarra e deixe de molho (dentro ou fora da geladeira) por 12 horas. Depois, bata no liquidificador e peneire com um pano limpo. O leite deve ser consumido no mesmo dia.

CONFIRA MAIS TRÊS RECEITAS CASEIRAS DE LEITE VEGETAL

a 150°C e depois resfriada. Seu tempo de prateleira é mais longo, até quatro meses, sem precisar de refrigeração. Vale lembrar que os dois tipos não precisam ser fervidos para o consumo e devem ser conservados na geladeira após aberto.

ALIMENTO INDISPENSÁVEL?

Apesar de todos os benefícios do leite, não há um consenso sobre até quando a criança ou o adulto precisa consumir esse tipo de alimento. "É claro que há outras formas de consumir cálcio na alimentação. Mas, como o leite é o alimento que tem o mineral em maior abundância, fica mais fácil atingir a meta", defende o pediatra Hugo Ribeiro. Essa quantidade ideal a que se refere o pediatra equivale a 1.000 mg/dia do mineral, levando em conta uma criança de 4 a 8 anos, segundo a Sociedade Brasileira de Pediatria. Ou seja, dois copos (200 ml) de leite e um pote de iogurte; ou uma fatia média de queijo, uma colher (sopa) de requeijão e um copo (200 ml) de leite por dia. Ao considerar uma dieta sem leite, seriam necessárias 13,5 porções de brócolis ou 48 ramos de espinafre diariamente.

Se o seu filho tem dificuldade de consumir o leite *in natura*, uma alternativa é oferecê-lo batido com frutas, no cereal (sem açúcar, claro!) ou em forma de mingaus, como o de aveia. Só tome cuidado para não adoçá-lo ou misturá-lo com achocolatados. Por mais que sejam bem aceitos pelas crianças, têm alto teor de glicose. Assim, o que seria um benefício acaba prejudicando o equilíbrio na alimentação da criança.

FOTO: KRISTIN DUVALL GETTY IMAGES

ALERTA VERMELHO

TUDO COMEÇA COM UMA DOR DE GARGANTA, QUE EVOLUI PARA FEBRE E MANCHAS NO CORPO. ATÉ A LÍNGUA GANHA COR MAIS FORTE. SEU FILHO APRESENTA ESSES SINTOMAS? PODE SER ESCARLATINA. ENTENDA MAIS SOBRE A DOENÇA

REPORTAGEM **JULIANA DUARTE**
FOTOS **BRUNO MARÇAL/EDITORA GLOBO**

O QUE É ESCARLATINA?

Trata-se de uma doença infectocontagiosa aguda que costuma afetar crianças em idade escolar (de 5 a 15 anos). É causada pela bactéria *Estreptococo beta hemolítico* do grupo A, a mesma que provoca problemas como amidalite, artrite e pneumonia – a diferença em relação à escarlatina são as reações desencadeadas na pele, como manchas vermelhas.

COMO É FEITO O DIAGNÓSTICO?

A análise é simples e geralmente acontece a partir de uma avaliação clínica, feita no próprio consultório do pediatra. Também há um exame que detecta o problema: o médico coleta uma amostra da secreção da garganta para identificar a presença da bactéria e envia para cultura – é o chamado teste rápido para estreptococo. Na maioria dos casos, no entanto, ele é dispensável, já que a doença costuma ter sintomas bem claros.

QUAIS SÃO OS PRINCIPAIS SINTOMAS?

Febre alta nos primeiros dois dias, dor de garganta, de cabeça e de barriga, náuseas, vômitos, mal-estar e manchas vermelhas pelo corpo. Elas costumam aparecer no tronco, depois se manifestam no rosto e no pescoço (com aspecto mais áspero, que lembra uma lixa). Outro ponto de atenção é a língua. As papilas podem ficar inchadas e ganhar uma coloração mais intensa (muita gente diz que ela fica com a aparência de uma framboesa ou morango). A pele dos dedos também pode descamar com a evolução da doença, mas não precisa se preocupar com isso. O tratamento adequado reverte todos esses problemas.

A DOENÇA É COMUM?

Sim, em especial nos meses frios, já que as crianças tendem a ficar em ambientes fechados. Elas, aliás, são as mais vulneráveis à doença por dois motivos principais: o sistema imunológico ainda está em formação e a convivência com os colegas da mesma idade facilita a transmissão. Tossir, dar um beijo ou simplesmente conversar são convites para que a bactéria se espalhe pelo ar, entre pelas vias respiratórias e se instale no organismo. É raro a escarlatina se manifestar em crianças menores, em especial naquelas que ainda não frequentam creches e escolas. Caso isso aconteça, as complicações podem ser mais preocupantes.

EM QUANTO TEMPO A DOENÇA TENDE A DESAPARECER?

O período de incubação pode variar de um a dez dias, o que vai depender do tratamento. Em quatro ou cinco dias, as manchas avermelhadas começam a desaparecer. Ao final desse processo, é comum a pele descamar.

EXISTE ALGUM RISCO SE A ESCARLATINA NÃO FOR TRATADA DA MANEIRA CORRETA?

Quando não recebem o tratamento adequado, todas as infecções causadas pela bactéria podem acarretar em complicações agudas. Amidalite e febre reumática são dois exemplos. Daí a importância de procurar o médico assim que notar algo errado e seguir as suas recomendações à risca.

É NORMAL A CRIANÇA PERDER O APETITE?

Processos infecciosos costumam reduzir a vontade de comer. Como a doença irrita a garganta, a falta de apetite ganha ainda mais força por conta da dor que a criança pode sentir ao engolir. Então, jamais force a alimentação. O motivo? Isso pode gerar um trauma e ainda provocar vômito, que aumenta o desconforto. O ideal é manter uma boa hidratação – oferecer líquidos e frutas sempre.

EXISTE VACINA?

Ainda não existe uma vacina específica, embora a medicina esteja se mobilizando para produzir uma contra a bactéria. Pegar a escarlatina uma vez também não significa que a criança ficará imune – ela pode voltar a ter doenças ocasionadas pela bactéria.

AS MANCHAS NO CORPO PROVOCAM DESCONFORTO?

Fique tranquilo. Elas não provocam dor, nem coçam. Também desaparecem de cinco a sete dias, por isso não é preciso se preocupar com possíveis marcas ou sequelas.

QUAL É O TRATAMENTO?

Ao detectar a doença, os pediatras costumam recomendar o uso de antibióticos durante dez dias. Esse tipo de medicamento ajuda a eliminar a febre e as dores de garganta. Antitérmicos e analgésicos também podem ser prescritos para aliviar os sintomas.

É POSSÍVEL PREVENIR O PROBLEMA?

O que os pais podem fazer é evitar a proliferação ao detectarem a escarlatina. Como o contágio ocorre pela saliva, é essencial afastar o filho da escola pelo menos nas primeiras 24 horas – assim, diminuem as chances de a doença se espalhar entre os colegas. O motivo é simples: o tratamento com antimicrobianos elimina o risco de transmissão logo após o primeiro dia de uso. Quando se tem outra criança em casa, no entanto, alguns profissionais recomendam o uso profilático de antibióticos. Isso significa medicá-las (mesmo sem os sinais da infecção) para impedir a manifestação da patologia. Mas, atenção: nunca dê o remédio por conta. É essencial consultar o pediatra responsável para que ele analise a melhor conduta. No dia a dia, deixe as janelas abertas para fazer o ar circular (mesmo nos dias mais frios). Evite compartilhar copos e talheres – certifique-se de que isso não é feito na escola –, ensine seu filho a cobrir a boca ao tossir e sempre lavar bem as mãos, fundamental no combate à transmissão de doenças.

FONTES: CLÁUDIO FRANÇA, COORDENADOR DO CURSO DE MEDICINA DA UNIVERSIDADE METROPOLITANA DE SANTOS (UNIMES); NELSON DOUGLAS EJZENBAUM, PEDIATRA, MEMBRO DA SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA; MARCO AURÉLIO PALAZZI SAFADI, PRESIDENTE DO DEPARTAMENTO DE INFECTOLOGIA DA SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA (SBP); REGINA CÉLIA DE MENEZES, SCC, PROFESSORA DO DEPARTAMENTO DE PEDIATRIA DA UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO (UNIFESP)

DRA. ANA RESPONDE

ACORDEI NO MEIO DA NOITE E VI QUE MEU BEBÊ DE 3 MESES ESTAVA COM DIFICULDADE PARA RESPIRAR POR CAUSA DE UMA SALIVA GROSSA E GOSMENTA. O QUE PODE SER?

JAQUELINE MEDEIROS, POR E-MAIL

– Os bebês regurgitam com muita frequência. Isso significa que um pouco do leite ingerido pode voltar para a região da garganta e da boca. A consistência do que retorna, já meio digerido, pode variar bastante. Por vezes, é mais líquido com gruminhos, por outras, pode se assemelhar a uma saliva mais grossa. Tudo isso é normal. Muito provavelmente, seu filho está com regurgitação, que também chamamos de refluxo. Nesses casos, você pode desobstruir as vias respiratórias com soro. Se a situação persistir, converse com o pediatra do seu filho. Um colchão antirrefluxo pode ajudar.

MEU BEBÊ DE 1 ANO SÓ QUER ALIMENTOS BATIDOS. O QUE POSSO FAZER PARA QUE ELE COMA SÓLIDOS?

SANDRA BLASCO, POR E-MAIL

– Muitas crianças ao redor de 1 ano ainda querem alimentos de consistência mais pastosa. Basta colocar um pedacinho mais substancioso que eles têm ânsia e, não raro, vomitam. Isso acontece porque, em algumas situações, o reflexo do vômito – aquele que é deflagrado quando colocamos o dedo próximo à garganta – é mais anteriorizado. Ou seja, basta encostar alguma coisa no meio da língua que já dá ânsia. Não é preciso preocupação. Isso pode durar até, mais ou menos, 1 ano e meio, mas vai passar, com certeza!

98%

DOS BEBÊS PARAM DE REGURGITAR LÍQUIDOS E ALIMENTOS AOS 2 ANOS.

SOCIEDADE DE GASTROENTEROLOGIA PEDIÁTRICA DA AMÉRICA DO NORTE

MEU FILHO DE 1 ANO E 7 MESES SÓ TEM QUATRO DENTES. ELE JÁ FEZ RAIO X DA FACE E ESTÁ TUDO NORMAL. POR QUE OS OUTROS DENTES NÃO RASGAM?

CINTHIA BUENO FRANCO, POR E-MAIL

– Fique tranquila! A erupção dentária nos bebês geralmente tem início aos 6 meses, com os dois dentinhos centrais de baixo. Depois de 1 ou 2 meses, nascem os dois centrais de cima e assim, sucessivamente, vêm os laterais, os caninos e, por último, os molares. Todo esse processo termina por volta dos 2 anos. É muito comum que venham alguns dentes, depois dê uma "parada" e, na sequência, nasçam os outros que estão faltando – às vezes, todos de uma só vez. Se o raio X demonstrou que os dentinhos do seu filho estão posicionados, não há razão para se preocupar. Basta esperar que, em breve, ele estará com um sorriso completo.

ANA MARIA ESCOBAR
É PROFESSORA DE PEDIATRIA DA FACULDADE DE MEDICINA DA USP, CONSULTORA DO PROGRAMA *BEM ESTAR*, DA TV GLOBO, E CLINICA HÁ 32 ANOS (CRM 48084).

ANAMARIA.COLUNISTA@EDGLOBO.COM BR

FOTO: GUTO SEIXAS/EDITORA GLOBO

OS 30 MELHORES LIVROS INFANTIS DO ANO

2017

CONFIRA OS TÍTULOS MAIS BACANAS PARA AS CRIANÇAS LANÇADOS EM 2016, ESCOLHIDOS PARA COMPOR A 12ª EDIÇÃO DA LISTA DE CRESCER. CONHEÇA AINDA O ARTISTA QUE SE DESTACOU NO ANO PASSADO, GANHADOR DO TROFÉU MONTEIRO LOBATO DE LITERATURA INFANTIL

TEXTO **ARYANE CARARO** FOTO **RAONI MADDALENA/EDITORA GLOBO**
PRODUÇÃO DE MODA **ÉRICA FOLLONI**
PRODUÇÃO EXECUTIVA **AMANDA FILIPPI E TAMY RENTE**

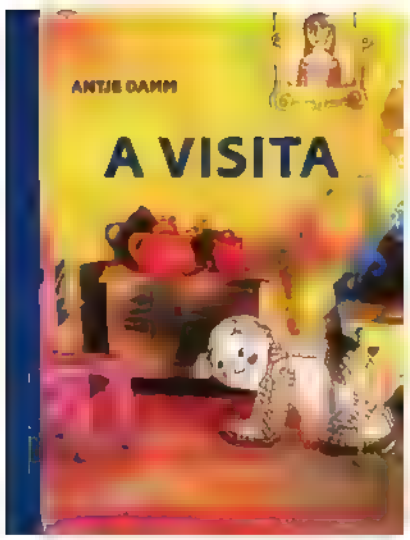
Eles são bons companheiros para todas as horas. Não nos deixam sentir sozinhos nunca. Alguns gostam de brincar conosco, outros pregam surpresas no final e tem os que precisam falar de assuntos sérios. São excelentes para embalar o sono das crianças. Ajudam a melhorar o comportamento, a adquirir capacidades emocionais importantes, a ativar áreas cerebrais e a reforçar as relações familiares (tudo que você vai ler com detalhes na reportagem **Mais que Histórias,** nesta edição). Perante tantos atributos, o livro infantil merece posição de destaque na sua casa, assim como tem aqui na CRESCER. A leitura é tão importante para nós que, anualmente, desde 2006, convidamos uma equipe de especialistas para indicar os títulos infantis mais interessantes lançados no ano anterior. Para a 12ª edição desta lista, participaram 41 jurados (*veja mais sobre eles nas páginas a seguir*), que indicaram 233 livros. Os 30 mais votados você confere aqui – um foi escolhido por vocês, leitores, no nosso site. São histórias de amizade, solidão, refugiados, gênero, diversidade, respeito às diferenças, sustentabilidade e fantasia, todos temas que precisamos falar com as crianças.

A SOLIDÃO DE CADA UM

EM ASAS DE ALGODÃO

TEXTO E ILUSTRAÇÕES DE MARILDA CASTANHA, EDIÇÕES SM, R$ 45. **A PARTIR DE 3 ANOS.**

Ninguém está sozinho se tem uma boa imaginação. A personagem desse livro era uma menina bem solitária, mas, exatamente nas horas em que se sentia mais sozinha, seu amigo aparecia. Ele entrava na sua vida – ou seria na sua fantasia? – e a levava para diferentes aventuras. Com ternura e encanto, Marilda Castanha fala do importante papel do amigo imaginário e de como isso tudo é fundamental para o processo de crescimento, mostrando como a cor pode entrar na vida cinza de uma criança.



A VISITA

TEXTO E ILUSTRAÇÕES DE ANTJE DAMM, EDITORA COMPANHIA DAS LETRINHAS, R$ 34,90. **A PARTIR DE 4 ANOS.**

Elise é uma mulher solitária e muito medrosa. Um dia, um aviãozinho de papel aparece em sua casa e precipita acontecimentos que ela não consegue controlar: um estranho toca à porta e ela se vê compelida a abrir. O que acontecerá quando ele entrar? Elise deixará de ter medo e não ficará mais sozinha? Somente a leitura desse livro poderá revelar. Uma obra para perder o medo de se abrir a experiências novas.

UMA CRIANÇA ÚNICA

CRIAÇÃO E ILUSTRAÇÕES DE GUOJING, EDITORA V&R, R$ 54,90. **A PARTIR DE 4 ANOS.**

Para quais caminhos a imaginação de uma criança solitária pode levar? Nesse livro-imagem da chinesa Guojing, eles partem do ambiente urbano e industrial e desembocam em um bosque onde coisas fantásticas acontecem. Assim, um cervo convida o menino a escalar as nuvens e uma baleia os engole, transportando-os para um estômago que parece um céu estrelado. Sem usar palavras, a autora imprime a sensação de solidão em uma história com ilustrações sensíveis. É também um trabalho autoral, já que a história é inspirada na própria chinesa, filha única por imposição da política de natalidade na China. Mas, acima de tudo, um livro sobre magia e encantamento e o valor de voltar para casa quando estamos perdidos.

ERNESTO

TEXTO DE BLANDINA FRANCO E ILUSTRAÇÕES DE JOSÉ CARLOS LOLLO, EDITORA COMPANHIA DAS LETRINHAS, R$ 37,90 **A PARTIR DE 4 ANOS**

Todo mundo tem algo a dizer sobre o Ernesto, e nunca é nada bom. Falam que ele é diferente, esquisito, burro, feio, calado... Ernesto não responde nada. E o livro quase acaba aí, com o personagem triste e solitário. Na vida real, muitas histórias terminam exatamente assim. Mas não precisa ser dessa forma, propõem os autores. Então, depois de decretar no meio do livro a palavra "Fim", Blandina Franco e José Carlos Lollo provocam o leitor, fazendo-o refletir sobre como finalizar essa e outras tantas narrativas

CADA COISA

TEXTO DE EUCANAÃ FERRAZ E ILUSTRAÇÕES DE EUCANAÃ FERRAZ E RAUL LOUREIRO, EDITORA COMPANHIA DAS LETRINHAS, R$ 49,90 **A PARTIR DE 6 ANOS.**

Dá para fazer poema sobre um prego? E que poesia tem um canivete? Será que um martelo merece versos rimados? Nesse livro, até os objetos mais duros e simples do cotidiano podem virar poesia. Assim, o autor faz 66 poemas de vários tamanhos e variados graus de dificuldade, em uma leitura que pode envolver a família toda, sobre itens comuns do dia a dia. E tem um projeto visual lindo. É cada coisa...

A MENINA QUE PAROU O TRÂNSITO

TEXTO DE FABRÍCIO VALÉRIO E ILUSTRAÇÕES DE BRUNA ASSIS BRASIL, EDITORA V&R, R$ 32,90. **A PARTIR DE 3 ANOS**

Já viu uma menina numa bicicleta parar o trânsito de uma cidade? O guarda apita, o condutor do ônibus freia, o taxista grita e, nessa confusão, um pedestre aproveita que o ritmo frenético parou e o caminho está livre. O livro traz um cenário cotidiano, mas com a divertida fórmula de repetir a situação acrescentando um novo elemento, como as crianças tanto gostam de brincar.

FOTOS: REPROD .ÇÃO

NATUREZA AMEAÇADA

SEM FIM

CRIAÇÃO E ILUSTRAÇÕES DE MARILDA CASTANHA, EDITORA POSITIVO, R$ 54,90. **A PARTIR DE 3 ANOS.**

No princípio eram apenas ele e a árvore. Ele abria os braços, ela também. Jogava as mãos para a esquerda, ela lançava suas folhas para a mesma direção. Dançava daqui, ela dali. Tudo parecia em perfeita harmonia, dois organismos vivos interagindo, até que algo inesperado acontece. Ele abre uma caixa e pega um machado. A árvore teme o pior... Será que aquela linda amizade acabará assim? Ainda bem que, de finais felizes, os livros estão recheados. Sem dizer uma palavra, Marilda Castanha mostra nesse livro-imagem como a convivência entre homens e natureza pode ser pacífica e se renovar.

UM DIA, UM RIO

TEXTO DE LEO CUNHA E ILUSTRAÇÕES DE ANDRÉ NEVES, EDITORA PULO DO GATO, R$ 43,50 **A PARTIR DE 5 ANOS.**

A obra retrata o maior desastre ambiental do Brasil: o vazamento de rejeitos da mineradora Samarco no Rio Doce, em Mariana, em 2015. Nenhum desses nomes é citado a não ser quando diz sutilmente que, antes, ele era doce, hoje é amargo. A tristeza com que a história é relatada comove, como quando cita que "um dia eu fui rio, bacia, vale. Eu era melodia... hoje sou silêncio". A leitura visual é outro ponto forte. Da limpidez do azul e dos espaços em branco, as imagens vão ganhando tons de marrom e, então, vermelho-sangue. É de cortar o coração – até chegar à última página, para tentar renovar a esperança de que dias melhores virão.

BIRIGÜI

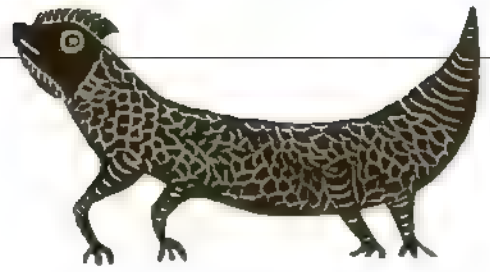
TEXTO DE MAURÍCIO MEIRELLES E ILUSTRAÇÕES DE ODILON MORAES, EDITORA MIGUILIM, R$ 39 **A PARTIR DE 8 ANOS.**

Impossível não ficar do lado do menino nessa história... Obrigado a seguir com o pai e com o irmão mais velho para uma caçada, o garoto vai morrendo de medo de encontrar uma onça e torcendo para não caçarem nenhum animal. Mas um cervo atravessa o caminho, é fêmea, está prenha. O pai vai atirar. Birigüi não quer ver, mas o que ele pode fazer? Essa é a vida do sertanejo e, se ele atrapalhar, vai ser considerado um fraco pelo pai... Uma história tensa, comovente e com ilustrações lindas, feitas apenas com grafite e tinta branca sobre papel pardo.

NUNO E AS COISAS INCRÍVEIS

TEXTO E ILUSTRAÇÕES DE ANDRÉ NEVES, EDITORA JUJUBA, R$ 42. **A PARTIR DE 6 ANOS.**

Dizem que uma imagem vale mais do que mil palavras. Será que todo mundo pensa assim? Nuno, o menino desse livro, não sabia que podia encontrar poesia e histórias em cores, contornos e desenhos. Ele apenas desenhava. Um dia, conheceu Nina, que tinha o dom das palavras. Mas ela não conseguia enxergar que os rabiscos de Nuno eram recheados de coisas incríveis – e de poesias em forma de ilustração. Um ótimo livro para mostrar às crianças que há diferentes maneiras de se contar uma narrativa, chamando a atenção para a leitura visual tantas vezes relegada a segundo plano.



O LAGARTO

TEXTO DE JOSÉ SARAMAGO E ILUSTRAÇÕES DE J. BORGES, EDITORA COMPANHIA DAS LETRINHAS, R$ 39,90 **A PARTIR DE 7 ANOS.**

Com ilustrações em xilogravura, o livro traz a história de um lagarto enorme que surge em Lisboa e provoca histeria. Muita gente tenta conter o bichão, mas ele só é domado quando aparecem as fadas. Seu filho não acredita nelas? Talvez precise ler esse livro, que traz uma série de palavras e referências portuguesas.

GRISO, O ÚNICO

TEXTO E ILUSTRAÇÕES DE ROGER MELLO, EDITORA GLOBAL, R$ 49,90 **A PARTIR DE 5 ANOS.**

Griso era o último unicórnio vivo. E não se conformava: queria encontrar outro igual a ele. Nesse livro, além da reflexão sobre se precisamos ser iguais para pertencer a algum lugar, o autor propõe uma viagem pela história da arte. A cada página, surge uma ilustração com referências às pinturas rupestres, aos vasos gregos dos séculos 6 e 5 a.C., à arte indiana do século 18...

ARTE BRASILEIRA PARA CRIANÇAS, 100 ARTISTAS E ATIVIDADES PARA VOCÊ BRINCAR

TEXTOS DE ISABEL DIEGUES, MÁRCIA FORTES, MINI KERTI E PRISCILA LOPES E ILUSTRAÇÕES DE JULIANA MONTENEGRO, EDITORA COBOGÓ, R$ 85. **A PARTIR DE 7 ANOS.**

A proposta é incrível: mostrar como foi diversificada a arte no nosso país nos últimos 100 anos. E propor 100 brincadeiras inspiradas na produção de cada artista, para que as crianças também comecem a enxergar as várias formas de pensar a arte.

FOTOS: REPRODUÇÃO

MISTÉRIO E SUSPENSE

ADÉLIA

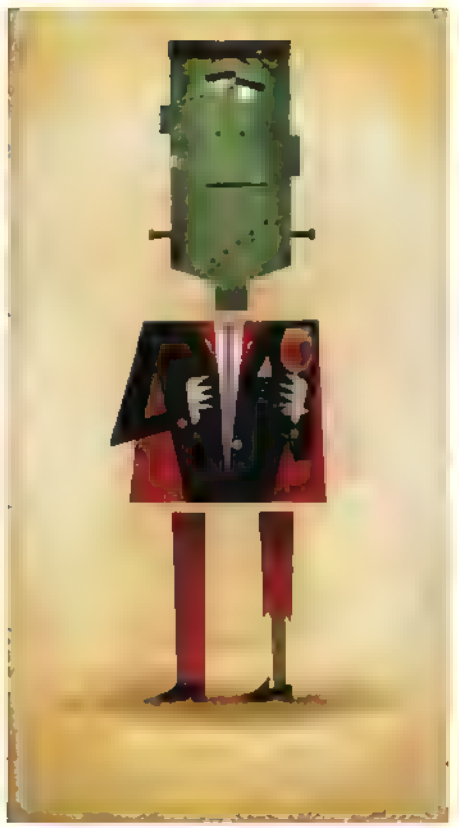
TEXTO E ILUSTRAÇÕES DE JEAN-CLAUDE ALPHEN, EDITORA PULO DO GATO, R$ 43,80 **A PARTIR DE 3 ANOS.**

Adélia tinha uma infância comum. De dia, brincava com os irmãos na fazenda. Mas, à noite, algo fora do normal acontecia: ela saía de sua cama e entrava na biblioteca. Adorava ler. Um dia seu segredo foi desvendado. Uma menina de outra espécie a pegou em flagrante e o que era para ser um escândalo virou uma amizade à prova de tudo.

MONSTROS DO CINEMA

TEXTO DE AUGUSTO MASSI E ILUSTRAÇÕES DE DANIEL KONDO, SESI-SP EDITORA, R$ 48
A PARTIR DE 4 ANOS.

Esse é um livro cheio de monstros, mas as crianças vão se divertir. Além das ilustrações das feras, há informações cinematográficas sobre elas e referências de vários filmes para agradar do avô ao neto. E uma brincadeira bacana: os corpos das criaturas estão separados em três partes e a criança pode combinar cabeça de uma, tronco de outra e pés de uma terceira, criando seu próprio ser do mal.



QUESTÃO DE GÊNERO

COISA DE MENINA

TEXTO E ILUSTRAÇÕES DE PRI FERRARI, EDITORA COMPANHIA DAS LETRINHAS, R$ 34,90 **A PARTIR DE 3 ANOS.**

Essa é uma obra feita de muitas coisas de meninas, e de tudo o que elas podem fazer se quiser. Tem aquelas que pilotam avião e até dragão, outras que constroem cidades. Todo mundo deveria ler mais livros como esse, porque é ainda na infância que a sociedade começa a impor seus padrões de comportamento.

A MANSÃO DOS RATINHOS SAM E JÚLIA

TEXTO DE KARINA SCHAAPMAN E FOTOS DE TON BOUWER, EDITORA WMF MARTINS FONTES, R$ 59,90.
A PARTIR DE 3 ANOS.

Sam e Júlia são ratinhos amigos e moram na mesma mansão. Ele tem uma família grande, a dela é pequena. Ele é medroso e tímido, ela, curiosa e corajosa. Mesmo diferentes, são amigos e vivem várias aventuras dentro da casa – cada uma separada em uma pequena história. Aos poucos, as crianças vão descobrindo que, neste mundo de diferenças, não há nenhuma de fato.

FOTOS: REPRODUÇÃO

FINDE MEHR
KOSTENLOSER
ZEITSCHRIFTEN
FREEMAGS.CC

MUNDO SEM FRONTEIRAS

CONTÊINER,

CRIAÇÃO E ILUSTRAÇÕES DE FERNANDO VILELA, EDITORA PEQUENA ZAHAR, R$ 49,90. **A PARTIR DE 2 ANOS.**

Com pouquíssimas palavras, sendo parte delas em inglês, Fernando Vilela conta a história de um cachorro e uma gata que saem da China de navio, sem planejar, passam pela Inglaterra, param no Brasil e retornam ao seu lar. Com essa viagem, o autor revela também como o mundo todo está interligado, o comércio que se estabelece entre os diferentes países, e conta um pouco mais sobre cada cultura.

PARA ONDE VAMOS

TEXTO DE JAIRO BUITRAGO E ILUSTRAÇÕES DE RAFAEL YOCKTENG, EDITORA PULO DO GATO, R$ 42,50.
A PARTIR DE 4 ANOS.

Pelos inocentes olhos de uma menina, o leitor é convidado a fazer uma viagem em busca de uma vida melhor. A garota e seu pai largam sua casa e partem em uma aventura que passa por muitos perigos, para tentar encontrar uma sobrevivência mais digna em outro lugar. Essa história pode ser a de milhares de refugiados ou imigrantes, que, movidos pela esperança de oferecer condições melhores para os filhos, confiam em coiotes para fazer a arriscada travessia.

A VIAGEM

TEXTO E ILUSTRAÇÕES DE FRANCESCA SANNA, V&R, R$ 36,90.
A PARTIR DE 5 ANOS.

O horror da guerra em um livro sensível sobre imigração e refugiados. Uma família que vivia tranquila até que a escuridão do conflito chegou à sua casa, levando embora seu pai. O medo e a tentativa desesperada de encontrar um lugar seguro em uma jornada longa, repleta de incertezas. Uma narrativa triste e tão necessária nos dias atuais, para falar sobre diversidade e empatia, com o traço leve e colorido da ilustração da italiana Francesca Sanna. Essa, que é sua primeira obra, é baseada na experiência que a autora teve com crianças refugiadas na Itália.

O REINO PARTIDO AO MEIO

TEXTO DE ROSA AMANDA STRAUSZ E ILUSTRAÇÕES DE NATALIA COLOMBO, EDITORA COMPANHIA DAS LETRINHAS, R$ 34,90 **A PARTIR DE 4 ANOS.**

Tudo parecia perfeito na vida do príncipe até que um dragão apareceu e, com o fogo de sua boca, dividiu o reino de seus pais em dois. Demorou para a fumaça baixar e ele perceber a confusão. Agora, existiam duas ilhas – em uma vivia a mãe, na outra, o pai – e tudo estava dividido ao meio, até seu cachorro. A vida pela metade ficou triste... Mas, aos poucos, a mãe e o pai conquistaram objetos inteiros novamente e o mar que separava as duas ilhas voltou a ficar calmo e o céu azul. Uma bonita história sobre a separação de um casal, que traz conforto ao saber que, uma hora, tudo passa e fica bem novamente.

DRUFS

TEXTO E ILUSTRAÇÕES DE EVA FURNARI, EDITORA MODERNA, R$ 42. **A PARTIR DE 4 ANOS.**

A escritora Eva Furnari faz um convite irresistível ao mundo da imaginação em *Drufs*, que fala sobre seres bastante parecidos com os humanos. Há muita maluquice no meio, como ela gosta de criar: nomes esquisitos, palavras inventadas, profissões estranhas, como "coisólogos" e limpadores de casas mal-assombradas, ilustrações hilárias feitas nos dedos, acontecimentos interessantes e desinteressantes sobre as famílias dos alunos da professora Rubi e lições de casa bem doidas para as crianças tentarem fazer. Mas o livro não é apenas uma grande brincadeira. Ao contar a história de cada aluno, Eva mostra como família é um conceito amplo e conquista o coração do leitor de um jeito despretensioso. Tem família com pai e mãe, com dois pais ou duas mães, com pais separados ou viúvos, com muita ou pouca gente, com ou sem animal de estimação, cada uma igual apenas em uma coisa: nas suas próprias loucuras.

PAI, QUEM INVENTOU?

TEXTO DE ILAN BRENMAN E ILUSTRAÇÕES DE ANNALAURA CANTONE, EDITORA COMPANHIA DAS LETRINHAS, R$ 39,90. **A PARTIR DE 4 ANOS.**

Na sua família também deve ser assim: seu filho faz uma pergunta, que puxa outra e outra, e, então, você se vê sem respostas, pois ele ainda tem muito o que perguntar. Na casa do escritor Ilan Brenman, os questionamentos da filha viraram esse livro. A curiosidade da menina fez ele ter de responder sobre a invenção da guerra, do homem, do sol, da tristeza... Certamente, você e seu filho vão se identificar!

FOTOS: REPRODUÇÃO

CHEIO DE SURPRESAS

ESTE É O LOBO

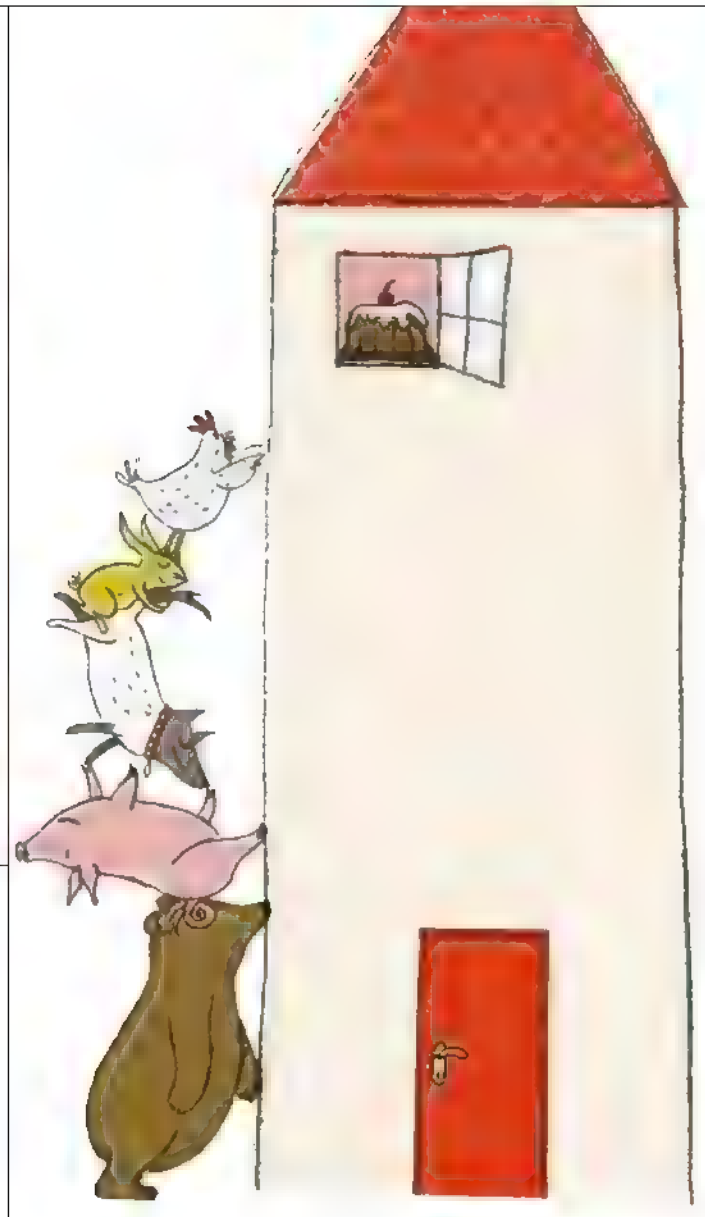
TEXTO E ILUSTRAÇÕES DE ALEXANDRE RAMPAZO, EDITORA DCL, R$ 27. **A PARTIR DE 3 ANOS.**

Ele é feroz. Mau. Engoliu a vovó. Quis matar Chapeuzinho Vermelho. Mas, de longe, não parece tão horrível assim. O que será que ele pensa lá no fundo de seu coração animal? Aos poucos, em uma tomada cada vez mais afastada, o lobo vai aparecendo menor, menos amedrontador. Às vezes, precisamos tomar distância para olhar para as situações sob outras perspectivas. Afinal, talvez esse lobo só queira uma chance para que as crianças o vejam de outra forma.

O ELEFANTE CAIU

TEXTO E ILUSTRAÇÕES DE IVAN ZIGG, EDITORA ABACATTE, R$ 36. **A PARTIR DE 3 ANOS.**

Quer saber como fazer um elefante caído levantar rapidinho? Nessa obra, muitos elefantes amigos – e desconhecidos – daquele que caiu queriam saber. O primeiro tentou empurrá-lo e puxá-lo. Não deu certo. Decidiu chamar reforços, mas, a situação só piorava. Quando já não havia esperanças para o pobre animal no chão, chega um bicho fracote que dá um jeito de levantar o gigante.



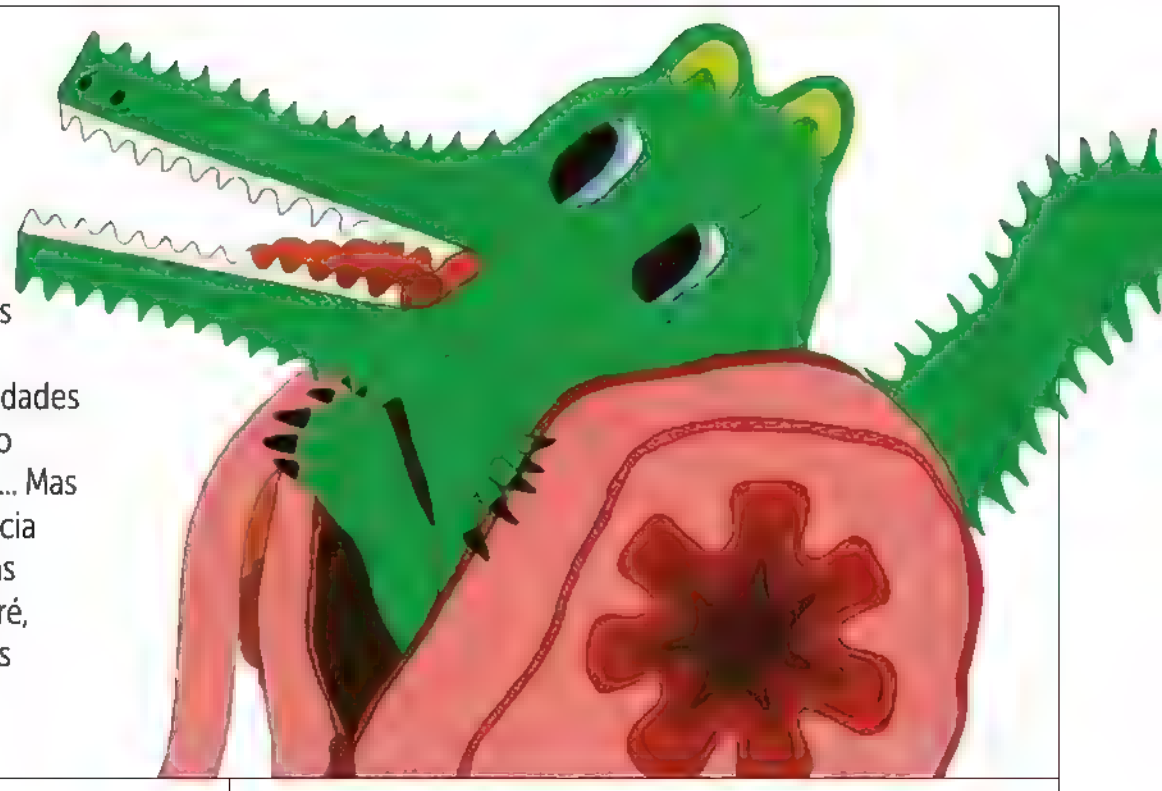
BEM LÁ NO ALTO

TEXTO E ILUSTRAÇÕES DE SUSANNE STRASSER, EDITORA COMPANHIA DAS LETRINHAS, R$ 34,90 **A PARTIR DE 2 ANOS.**

Sabe aquela brincadeira que sempre acrescenta mais um elemento à história e vai repetindo tudo o que já existia? Esse livro segue essa fórmula de uma maneira bem divertida. A trama começa quando o urso vê lá no alto da casa, pela janela, um bolo, e gostaria de pegá-lo. A cada página, mais animais se juntam a essa missão, um sobre o outro numa grande pilha até que um menino aparece e a bicharada toda se frustra. Será que essa história vai terminar sem final feliz?

JACARÉ, NÃO!

TEXTO DE ANTONIO PRATA E ILUSTRAÇÕES DE TALITA HOFFMANN, UBU EDITORA, R$ 39,90
A PARTIR DE 2 ANOS.



Como o título já denuncia, *Jacaré, Não!* não é um livro para jacarés e, mesmo não sendo sobre esses répteis, acaba sendo todinho a respeito deles. O jacaré bem que tenta aparecer em todas as atividades do cotidiano da Luiza: na roupa, na brincadeira, no banho, na mochila da escola, no prato de comida... Mas nenhum desses lugares é lugar para o bicho. Parecia mesmo que ele não encontraria seu espaço nessas páginas, mas, então, Luiza vai dormir e, opa! Jacaré, sim! Uma engraçada e colorida brincadeira para as crianças pequenas.

UM ABRAÇO PASSO A PASSO

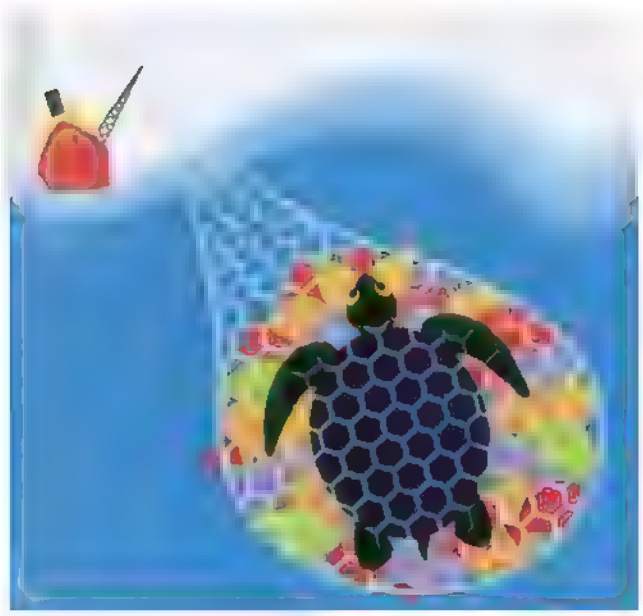
TEXTO DE TINO FREITAS E ILUSTRAÇÕES DE JANA GLATT, EDITORA PANDA BOOKS, R$ 35,90 **A PARTIR DE 1 ANO.**

Nessa história de linguagem simples e supercolorida, um bebê aprende a andar. Uma pernada de cada vez, para expectativa de quem está à sua volta. Às vezes, sai um passo de formiga. Outras, de avestruz. Contudo, ele segue firme no seu propósito, apesar da falta de jeito. Um livro para acompanhar os primeiros passinhos e as primeiras leituras.

RESGATE ANIMAL

CRIAÇÃO E ILUSTRAÇÕES DE PATRICK GEORGE, CAROCHINHA EDITORA, R$ 44,90.
A PARTIR DE 1 ANO.

Nas páginas à direita, animais abandonados na rua, presos em jaulas, confinados em granjas... Do lado esquerdo, um desenho incompleto. No meio, uma lâmina de acetato transparente que pode transformar tudo: basta o leitor movê-la para a esquerda para resgatar os bichos da cena degradante e devolvê-los à natureza ou ao lugar onde deveriam estar. Um livro singelo e divertido.



FOTOS: REPRODUÇÃO

AGRADECIMENTO

O SEBO BROOKLIN SERVIU DE CENÁRIO PARA ESTA MATÉRIA. RUA JOAQUIM NABUCO, 410, SÃO PAULO. TELEFONE: (11) 5533-3718. TODOS OS DIAS, DAS 9H30 ÀS 18H.

ESCOLHA DO LEITOR

TOMBOLO DO LOMBO

TEXTO E ILUSTRAÇÕES DE ANDRÉ NEVES, EDITORA PAULINAS, R$ 38,50. **A PARTIR DE 3 ANOS.**

A história, inspirada na celebração do Bumba Meu Boi, uma das festas mais populares do Brasil, é uma grande brincadeira. O autor cria sua versão do Tangolomango, uma cantiga popular composta de versos com temática infantil que fazem uma contagem decrescente. Nove músicos começam em cima do lombo do boi. Mas sobrará só um ao final: aquele que desejou comer a língua do bovino. Enquanto o boi pula e o jogo de palavras evolui, os personagens vão tombando das costas do bicho – e os leitores acompanham o movimento, virando o livro de cabeça para baixo e desvirando. As ilustrações foram realizadas com graça e poesia. É fácil notar elementos que remetem à cultura nordestina, sempre presente na obra do autor.

NOSSOS JURADOS

ALICE ÁUREA PENTEADO MARTHA é professora do Programa de Pós-Graduação em Letras da Universidade Estadual de Maringá (PR), coordenadora do Grupo de Pesquisa do Centro de Estudos de Leitura, Literatura e Escrita (Celle), membro do Grupo de Pesquisa Leitura e Literatura na Escola e votante da FNLIJ

ALICE BANDINI é arte-educadora e contadora de histórias. Atua no setor de programação cultural da Coordenadoria do Sistema Municipal de Bibliotecas (SP)

ANA CRELIA DIAS é doutora em Literatura Brasileira pela UFRJ e coordenadora do curso de especialização em Literatura Infantil e Juvenil da mesma universidade

ANA PAULA DA COSTA CARVALHO DE JESUS é mestre em Literatura e Crítica Literária pela PUC-SP, professora de Língua Portuguesa e Literatura do Ensino Fundamental II do Colégio São Domingos (SP) e assessora de literatura infantil para escolas e editoras

ANGELA MÜLLER DE TOLEDO é bibliotecária escolar, especialista em produção cultural para crianças e jovens, consultora na área de literatura infantojuvenil e formadora de mediadores de leitura

BEATRIZ CATTANI é bibliotecária formada pela USP Atua em bibliotecas escolares há mais de 20 anos e atualmente trabalha no Colégio Rainha da Paz (SP)

BETO SILVA é pedagogo e psicopedagogo, consultor e assessor de projetos nas áreas de leitura, literatura e juventude e já atuou em projetos na educação, cultura, saúde e assistência social Atualmente, é membro do Instituto Clio – Cultura, Leitura e Juventude e analista de projetos no Instituto Crescer para a Cidadania

CAMILA MARTINS E GISLENE GAMBINI são livreiras da Livraria Novesete (SP), especializada em títulos infantojuvenis.

CLAUDIA AMORIM é jornalista e sócia da livraria infantojuvenil Malasartes (RJ)

CRISTIANE ROGERIO é jornalista e pesquisadora de cultura e infância, professora e coordenadora pedagógica da pós-graduação O Livro Para a Infância: Textos, Imagens e Materialidades d'A Casa Tombada/Faculdade das Conchas – Facon (SP)

DANIELA PORTELLA, PÂMELLA MATOS FRANCA E JOYCE BATISTA SILVA são da equipe infantil da Livraria da Vila, unidade Fradique (SP)

DENIZE BIANCHI SILVEIRA CARVALHO é psicóloga infantil e livreira, sócia da Distribuidora Casa de Livros (SP).

DUDA PORTO DE SOUZA é idealizadora da primeira Biblioteca Multilíngue Infantojuvenil pública do Brasil (SP).

EVIE MILANI é livreira do setor infantil da Livraria Martins Fontes Paulista (SP).

FERNANDA GLAESSEL RAMALHO é pedagoga pela USP, especialista em educação infantil e mestranda em literatura infantil e juvenil pela Universidade Autônoma de Barcelona (Espanha) . Atualmente, é consultora e coordenadora de programas de formação de gestores e professores e membro da equipe de apoio permanente do Instituto Emília.

FERNANDA PASSAMAI PEREZ é graduada em Letras, especialista em Literatura para Crianças e Jovens, faz seleção de acervo e mediação de leitura em biblioteca escolar Idealizou e coordena o clube de leitura Vilalê e a Roda Recreativa, ambos na Escola da Vila (SP). É colaboradora do site Para Educar

GLORIA PIMENTEL C. B. SOUZA é mestre em Literatura Comparada, especialista em Literatura Infantojuvenil pela UFRJ e escritora (autora de *A Literatura Infanto-Juvenil Brasileira Vai Muito Bem, Obrigada!*, da editora DCL)

GLÓRIA VALLADARES GRANGEIRO é bibliotecária especialista em literatura infantojuvenil. É membro do Projeto de Alfabetização de Ribeirinhos da Amazônia e coordenadora do Projeto Leitura no Sítio

INÊS DE BIASE é educadora, especialista em leitura, professora de oficinas literárias para crianças e de formação de professores. Coordenou a elaboração do livro *Bibliotecas Infantis – Um Programa Para Pequenos Leitores* e coordena as bibliotecas da Escola Parque (RJ)

JOÃO LUÍS CECCANTINI é professor de Literatura Brasileira da UNESP – FCL Assis

LOURDES ATIÉ é consultora pedagógica das redes pública e privada de ensino e coordenadora da comissão de Seleção do Prêmio Vivaleitura

LUCÉLIA MARTINS DE SOUZA é geógrafa, agente do brincar, estudante de Educomunicação pela ECA-USP e atua como formadora e articuladora em ações educativas e culturais para a formação de leitores e mediadores

MALU CUSTÓDIO SOUTO é proprietária da Livraria Companhia Ilimitada (SP), especializada em literatura infantojuvenil

MARIA ANGELA ARANHA é sócia da Livraria Casa de Livros (SP)

MARIA DAS GRAÇAS MONTEIRO CASTRO é professora da Faculdade de Comunicação e Biblioteconomia da UFG, votante da FNLIJ e membro titular do Colegiado Setorial do Livro, Leitura e Literatura do Ministério da Cultura

MARIA DE REMÉDIOS FERREIRA CARDOSO é diretora da Educação Infantil da Escola Móbile (SP)

MARIA DOS PRAZERES SANTOS MENDES é professora doutora em Comunicação e Semiótica pela PUC-SP. Leciona Literatura Infantojuvenil na USP, no Programa de Pós-Graduação de Estudos Comparados de Literatura de Língua Portuguesa.

MARIA JOSÉ NÓBREGA é mestre em Filologia e Língua Portuguesa pela USP e consultora pedagógica de várias escolas e editoras de São Paulo

MARIO HÉLIO é jornalista, editor e professor e já coordenou a programação literária da Fliporto (PE)

PAOLA PIO DA COSTA é professora do colégio Maristinha Pio XII (DF) e dá consultoria em escolas e em projetos de leitura e literatura

REGINA ZILBERMAN é professora de Literatura na UFRGS, doutorada em Romanística pela Universidade de Heidelberg (Alemanha) e pós-doutorada em Rhode Island (EUA). Tem mais de 20 livros publicados, entre eles *Como e Por Que Ler a Literatura Infantil Brasileira* (Objetiva) e *A Literatura Infantil na Escola* (Global)

RENATA JUNQUEIRA DE SOUZA é livre-docente em Literatura e Ensino, professora da Unesp e coordenadora do Centro de Estudos em Leitura e Literatura Infantil e Juvenil

ROSA MARIA FERREIRA LIMA é bibliotecária, especialista em leitura e formação de leitores, coordenadora estadual do Proler (MA) e votante da FNLIJ.

RÚBIA NOGUCHI é livreira e trabalha na livraria infantil Panapaná (SP).

SILVIA OBERG é formada em Letras (PUC), especialista em literatura infantil e juvenil e doutora em Ciências da Informação (ECA-USP). Trabalhou na Biblioteca Infantojuvenil Monteiro Lobato (SP) Desenvolve projetos e consultoria nas áreas de leitura e literatura para crianças e jovens

STELA MARIS FAZIO BATTAGLIA é historiadora com doutorado na área de Linguagem e Educação (USP) Coordena projetos de formação de mediadores de leitura com enfoque em literatura infantil e juvenil.

VOLNEI CANÔNICA é especialista em literatura infantil e juvenil e diretor do Centro de Leitura Quindim

ZENAIDE DENARDI é responsável pelo marketing cultural da Livraria Cultura

FOTOS: REPRODUÇÃO

OS 30 MELHORES LIVROS INFANTIS DO ANO 2017

O UNIVERSO MÁGICO DAS IDEIAS

COM MAIS DE 60 TÍTULOS PUBLICADOS – QUE JUNTOS VENDERAM CERCA DE 3 MILHÕES DE EXEMPLARES –, A AUTORA E ILUSTRADORA ITALIANA EVA FURNARI É A GANHADORA DO TROFÉU MONTEIRO LOBATO DE LITERATURA INFANTIL DE 2017, CONCEDIDO PELA CRESCER

TEXTO **NAÍMA SALEH**

"EU TALVEZ TENHA RECEBIDO UM DOM, mas a habilidade para exercê-lo é muito trabalhosa." Essa frase foi dita pela própria Eva Furnari na abertura do documentário dedicado à sua obra, *O Mundo de Eva Furnari*. Sim, o talento dela para contar histórias é inegável, seja com imagens, seja com palavras. Com 37 anos de carreira e muitas honrarias na conta, entre as mais notáveis sete Jabutis, nove prêmios da Fundação Nacional do Livro Infantil e Juvenil (FNLIJ) e o prêmio da Associação Paulista de Crítica (APCA), a autora se consolidou como uma das grandes referências da literatura infantojuvenil. Inclusive para outros escritores e artistas.

"O que eu mais guardo do trabalho dela é a paixão pelo que faz. Isso sempre foi uma inspiração para mim. Lembro de Eva me orientar a ir em busca daquilo que era único no meu trabalho. Isso é generosidade", diz a escritora e ilustradora Lucia Hiratsuka, que é amiga de Eva há mais de 30 anos e, por um tempo, a teve como mentora. O compromisso e o respeito pelo ofício são tão marcantes na trajetória da autora quanto os personagens que se tornaram queridos pelo público, como o coelho poeta Felpo Silva e a atrapalhada bruxinha Zuzu.

Mas, mesmo depois de construir uma profissão sólida, Eva não se acomodou. *Drufs* (Ed. Moderna), selecionado para a lista de Melhores Livros deste ano, deixa claro que ela não prima somente pela excelência, mas principalmente pela inovação. Acomodar-se não é uma opção. "Mesmo com tantos anos de carreira, Eva conseguiu se superar mais uma vez. Para mim, o Troféu não poderia ter sido dado a ela em um momento mais oportuno", diz a jornalista e pesquisadora de cultura e infância Cristiane Rogerio, que coordena a pós-graduação O Livro para a Infância, d'A Casa Tombada (SP).

Regradíssima, Eva mantém um ateliê impecável e é extremamente disciplinada, desenhando e redesenhando, escrevendo e reescrevendo, quantas vezes preciso for. Um ritmo que não atrapalha a fluidez e inventividade das histórias, nem o humor tão característico de suas obras, que vez ou outra beiram o *nonsense*.

EVA FURNARI ONDE ELA MAIS GOSTA DE ESTAR: EM SEU ATELIÊ.

Para a autora, a literatura não foi um caminho óbvio. Mas o desenho, as histórias e a beleza do imaginário infantil foram permeando naturalmente sua jornada. Nasceu em Roma (Itália), em 1948, e chegou no Brasil aos 3 anos. Com mais de oito graus de hipermetropia, as palavras pareciam um borrão para Eva – e sua família custou a se dar conta do problema. Por causa disso, desenvolveu uma relação afetiva com as imagens e começou a desenhar cedo. Suas obras foram expostas pela primeira vez em uma mostra individual na Associação Amigos do Museu de Arte Moderna, em 1971. Ainda assim, quando chegou a hora de fazer faculdade, tentou seguir a tradição de sua família nas ciências exatas e prestou Física. Não deu certo. Ela não chegou a completar nem o primeiro ano do curso. Felizmente, por sugestão de uma amiga, pediu transferência para a Faculdade de Arquitetura e Urbanismo (FAU) da USP, onde se formou.

A veia de educadora apareceu cedo, logo após a graduação, com aulas de arte ministradas no Museu Lasar Segall (SP). E, em 1980, publicou sua primeira coleção de livros: *Peixe Vivo* (Ed. Ática), com narrativas visuais para crianças em fase de pré-alfabetização. Nesse período, também começou a atuar como ilustradora, publicando suas histórias em veículos como o jornal *Folha de S.Paulo*, que estampava uma tira semanal com a bruxinha. A relação com o texto só começou a se estabelecer mais tarde, em 1993, quando surgiu a inspiração para criar narrativas mais complexas. O primeiro livro que uniu palavras e imagens foi *A Bruxa Zelda e os 80 Docinhos* (Ed. Moderna). Ao longo dos anos, a conexão entre as ilustrações e a prosa foi atingindo um equilíbrio, ambos se tornando igualmente emblemáticos de sua obra.

Quem conhece Eva identifica de primeira seus traços nos desenhos feitos com aquarela e o humor peculiar de suas histórias, às vezesum pouco ácido ou melancólico. Mas é justamente por conta disso tudo que, sem dúvida, muitas e muitas gerações merecem ser apresentadas a esse universo tão rico e encantador...

FOTO LAURA FURNARI

OS 30 MELHORES LIVROS INFANTIS DO ANO 2017

MAIS QUE HISTÓRIAS

OS LIVROS DESENVOLVEM A FALA, AMPLIAM O VOCABULÁRIO E ATÉ MELHORAM PROBLEMAS DE COMPORTAMENTO. ENTENDA POR QUE ELES MERECEM SER PARCEIROS SEMPRE PRESENTES NA VIDA DO SEU FILHO

TEXTO **FERNANDA MONTANO**

AO ABRIR UM LIVRO, é como se um portal mágico se materializasse ali e perguntasse: "Para onde você quer ir?". Folheando as páginas, lendo o texto ou as ilustrações, saltam aos olhos do leitor (seja uma criança, seja um adulto ou um idoso) mundos que podem ser parecidos ou completamente diferentes do dele, despertando sentimentos e emoções – e fazendo com que os entendam também. Sensações e capacidades, aliás, que foram essenciais para a história do homem, como diz a escritora Katia Canton, PhD em Artes Interdisciplinares pela Universidade de Nova York (EUA) e estudiosa dos contos de fadas. "O acesso a livros ilustrados vem desde as cavernas, com as pinturas rupestres. Isso garantiu a sobrevivência do *Homo sapiens*, que, ao enxergar a possibilidade de criar mundos além do aqui e agora, aprendeu a pensar o passado e a projetar o futuro", afirma.

Já no presente, não são poucos os estudos que seguem afirmando o papel fundamental da leitura na vida da criança, antes mesmo de nascer, como mostrou uma pesquisa da Queen's University (Canadá), em parceria com obstetras de Hangzhou, na China. Ao colocar as mães para lerem um poema aos seus filhos ainda na barriga, os fetos apresentavam aceleração dos batimentos cardíacos, comprovando que reconheciam suas vozes. Segundo a neuropedagoga Irene Maluf, diretora da Associação Brasileira de Psicopedagogia, por volta da 14ª semana de gestação, o bebê já escuta os sons internos do corpo materno e, em seguida, começa a ouvir a voz da mãe e identifica se ela está calma, nervosa, com medo. Assim, dá seus primeiros passos na compreensão das emoções humanas. "Por isso, a conversa da mãe com o bebê ou a leitura de pequenas histórias provoca uma estimulação auditiva para o feto e, simultaneamente, promove o envolvimento afetivo com ela, instigando também o desenvolvimento neuronal, tão importante", diz.

Após o nascimento, é fato a preferência que os bebês têm pela voz da mãe, do pai e dos irmãos, assim como demonstram associar determinados sons com o ambiente intrauterino. "Ao relembrar sensações agradáveis já vivenciadas, ele se sentirá mais confortável e acolhido, o que é ótimo para seu desenvolvimento emocional e mental", completa Irene.

Se desde a vida intrauterina se sabe da importância da leitura, não há motivo para hesitar em ler para o seu bebê. O vínculo favorecido na primeira infância, quando você para tudo e se dedica a estar ali, inteiramente para o seu filho entre os livros, ajuda a criar as tais memórias afetivas, fundamentais, mais uma vez, no desenvolvimento emocional da criança. "Aqueles que têm uma lembrança dos pais os chamando para ler um livro durante o dia ou os colocando na cama e contando uma história antes de dormir sabem o quanto isso é quente, acolhedor e aproxima a família", diz Claudio Teixeira, coordenador do setor de Educação e Cultura do Hospital Pequeno Príncipe (PR).

Além do vínculo, a leitura auxilia a

FOTO MA TE PONS/GETTY IMAGES

criança pequena na sua compreensão de mundo e dela mesma. "Na fase nomeada por alguns psicólogos do desenvolvimento como sensório-motor, o entendimento não é o das razões razoáveis, não está ancorado na linguagem verbal. Ele adquire outro sentido, com entender-se corporalmente, afetivamente, perceber-se. Ouve-se um som, carregado de sentido, e esse som ritmado pela articulação da língua e seus códigos produzem sentidos de pertencimento naquele que ouve", afirma o escritor Giuliano Tierno, cofundador d'A Casa Tombada (SP).

Por essas e outras questões, que você lerá logo mais, Luciana Rodrigues Silva, presidente da Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP), afirma que os pediatras aderiram fortemente à campanha Receite um Livro, lançada em outubro de 2015 pela instituição. "Eles compreendem que todos os estímulos para o desenvolvimento intelectual da criança são importantes, sobretudo nos primeiros anos de vida. A receptividade entre os pais também é positiva, pois entendem que o especialista, ao fazer essa prescrição, expressa sua preocupação com o desenvolvimento afetivo, cultural e educacional de seus pacientes", afirma.

A seguir, selecionamos mais seis motivos, entre tantos outros, mostrando por que você deve ler para o seu filho (e com ele!) sempre.

15 LIVROS CLÁSSICOS PARA LER PARA O SEU FILHO

1 AUXILIA NO DESENVOLVIMENTO DA FALA

Uma pesquisa da Northern Arizona University (EUA), publicada no periódico *Jama Pediatrics*, analisou o impacto de brinquedos tradicionais, livros e eletrônicos na comunicação entre pais e bebês. Os resultados mostraram a leitura como a atividade que mais contribui para uma conversa de qualidade, o que, consequentemente, aumenta a capacidade de a criança se comunicar, pois tem acesso a um universo amplo de palavras e passa a compreender seus significados dentro de determinados contextos. Segundo os pesquisadores, os livros fizeram os pais utilizarem mais palavras, um vocabulário mais rico e responderam mais aos balbucios dos bebês, que, por sua vez, se expressaram mais ao brincar com as obras. "A leitura é lúdica, gostosa, tem cores, formas e uma gama infinita de possibilidades a se explorar. Ela estimula a fala o tempo todo. Isso até pode acontecer com o brinquedo ou o jogo no tablet, mas, muitas vezes, nesses casos, a criança faz a atividade sozinha, sem o adulto", diz a fonoaudióloga Renata Donegá, da Rede de Hospitais São Camilo (SP). Outro estudo, da Universidade da Califórnia (EUA), reforça essa pesquisa ao revelar que o hábito da leitura dá acesso a 70% mais palavras do que as conversas que pais e mães costumam ter com o filho. "Isso faz com que a criança aumente as ideias, amplie o pensamento, pois, ao aprender uma palavra nova, vai em busca de significados, observa como ela é escrita. Isso traz mais entendimento e, mais para frente, na hora de escrever um texto, a criança saberá usar palavras que farão sentido naquele contexto", afirma Renata.

2 ESTIMULA A CRIATIVIDADE E A IMAGINAÇÃO

Existe maneira melhor de viajar para lugares desconhecidos ou viver sonhos inalcançáveis do que pelos livros? Ao ter essas possibilidades, a criança vivencia o exercício da imaginação. "Ela está descobrindo o som e a imagem das palavras, as palavras que cabem numa imagem, e nesse exercício tudo é possível. Esse 'tudo é possível' é o músculo da imaginação. Se preservamos isso, jamais atrofiaremos esse músculo, fundamental ao ato criador em qualquer atividade humana", diz Giuliano. E isso não acontece da mesma forma ao ver desenhos infantis, por exemplo. Uma pesquisa da Universidade de Sttafordshire (Reino Unido) comparou crianças que assistiam à TV por, pelo menos, 15 minutos diários àquelas que liam livros ou brincavam com quebra-cabeças. A conclusão foi de que as primeiras tornavam-se menos criativas. "Além da entonação da voz, a descrição do cenário e dos personagens dão um gatilho para a criança imaginar. Diferente da TV ou da internet, que dão imagens e histórias prontas", diz Deborah Moss, neuropsicóloga mestre em Psicologia do Desenvolvimento pela USP.

FOTO MA TE PONS/GETTY IMAGES

3 AMPLIA O DESENVOLVIMENTO CEREBRAL

Um estudo do Cincinnati Children's Hospital Medical Center (EUA) mostrou que o estímulo precoce à leitura influencia na atividade cerebral, mudando a maneira como o cérebro processa as histórias e aumentando as chances de formar um leitor ávido. Realizada com crianças entre 3 e 5 anos, a pesquisa mostrou que, quanto mais consistente era a exposição à leitura em casa, mais áreas cerebrais que suportam o processo semântico (atribuição de significado a frases e palavras) foram ativadas pela narrativa. Os resultados indicaram que o estímulo à leitura desde cedo se reflete no desenvolvimento das áreas cerebrais ligadas à elaboração de imagens mentais, que permitem à criança "ver" a história dentro de sua própria cabeça. "Os livros possibilitam ir do concreto ao abstrato. Potencializam áreas neurológicas que vão dando pistas de que aqueles códigos viram palavras, que viram histórias, que viram enredos", diz Deborah. E tem mais: um estudo da Universidade de Edinburgh e do King's College London (ambos do Reino Unido), publicado no jornal *Child Development*, mostrou que a leitura auxilia no desenvolvimento da inteligência. Segundo Ana Márcia Guimarães Alves, membro do Departamento Científico de Pediatria do Desenvolvimento e Comportamento da SBP, isso acontece porque ela entra no que se chama de estimulação precoce, fundamental na vida intrauterina e nos três primeiros anos de vida do bebê, pois é quando ocorre a formação do córtex cerebral. "Nesse período crítico, a leitura é uma ginástica cerebral, que facilita a conexão entre os neurônios e a transmissão do impulso nervoso. Com isso, melhora a troca de informações cerebrais e, consequentemente, as áreas motora, social, afetiva e da inteligência", conclui.

4 AJUDA A LIDAR COM EMOÇÕES E MOMENTOS DIFÍCEIS

Quantas vezes você viu seu filho passar por alguma situação com a qual ele não sabia lidar e ficou sem saber como ajudar? Seja em um conflito com um amigo da escola ou em um caso mais traumático, como a perda de um ente querido, a criança, muitas vezes, não consegue entender o que está sentindo nem nomear suas emoções. Nessas horas, os livros podem ser grandes aliados. Por meio deles, ela pode se afastar do conflito e projetá-lo no personagem, o que torna o processo mais leve. "Nas obras, encontramos pessoas com as mesmas dores, a solidão é partilhada, conseguimos elaborar reflexões e soluções, somos acolhidos", diz Ivani Nacked, fundadora do Instituto Brasil Leitor e membro da Secretaria da Educação do município de São Sebastião (SP).

5 MELHORA O COMPORTAMENTO

Quando há o hábito da leitura em casa, partilhado com os pais, as relações familiares se fortalecem, diminuindo problemas de conduta. Foi o que mostrou um estudo realizado na cidade de Boa Vista, em Roraima, pelo Instituto Alfa e Beto, com a supervisão da Universidade de Nova York (EUA). O trabalho *Prevenindo Disparidades na Prontidão Escolar de Famílias de Baixa Renda em Boa Vista* foi feito com 1.250 famílias (com crianças de 1 a 4 anos) de baixa renda do município e orientou e estimulou os pais a lerem com os filhos. Com isso, aumentou em 25% o número de crianças sem problemas de comportamento. "No ato da leitura compartilhada, o filho tem dedicação dos pais, de troca de olhares. Isso melhora a autoestima da criança, que se sente amada, o que interfere em sua postura diante da vida", defende Ana Márcia.

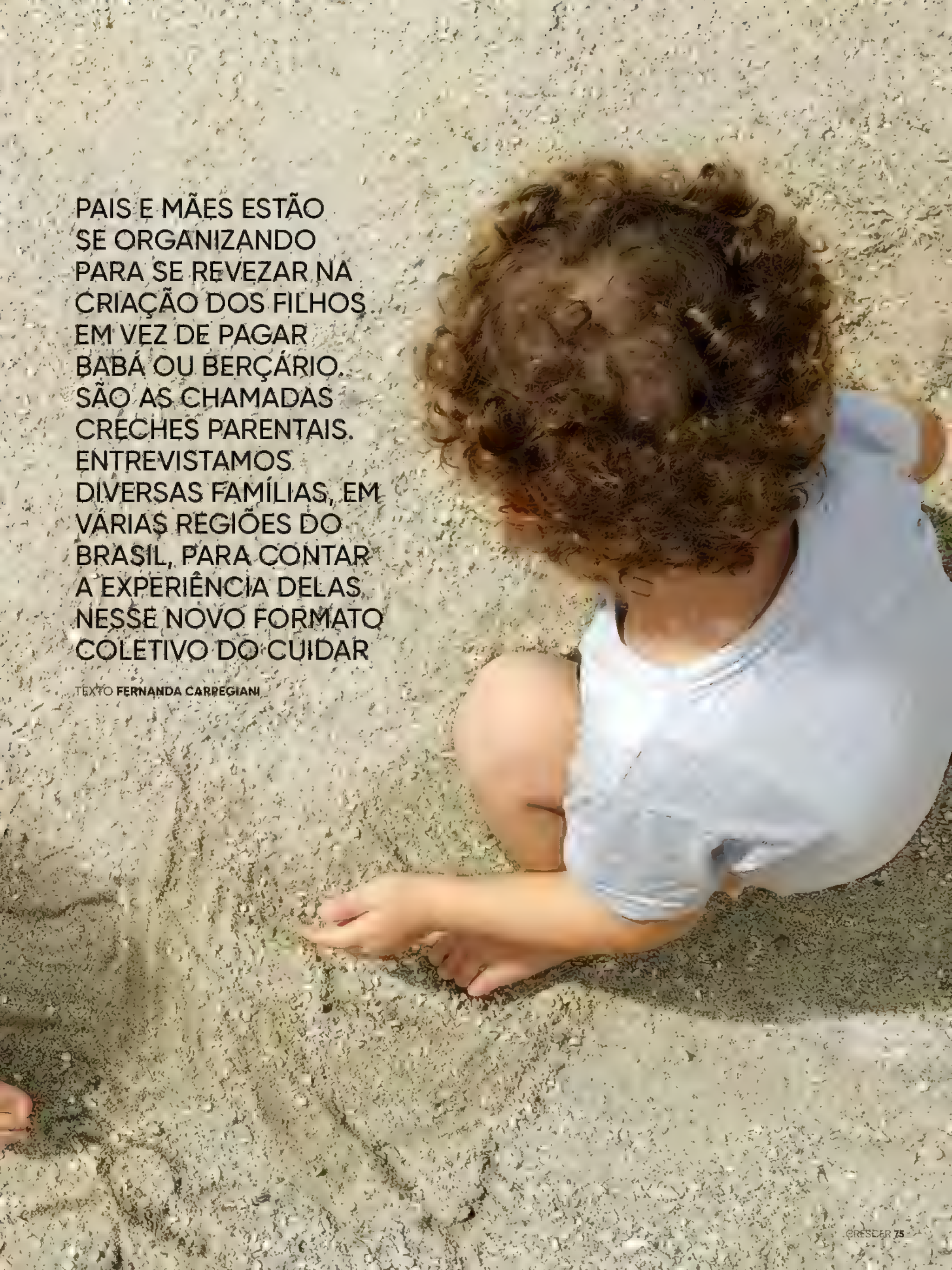
6 INCENTIVA O RESPEITO À DIVERSIDADE

Outras culturas, cores, crenças. Mostrar às crianças mundos diferentes do seu estimula o respeito com o outro. "A literatura é rica em personagens e situações de todo o tipo, nas quais a criança se vê, experimenta, elabora seus medos, conhece outras realidades. Além dos enredos que hoje dizem muito sobre respeito à diversidade, ela começa a ser empática em relação aos personagens e, com a ajuda dos adultos, o tema pode ser explorado e trazido para o dia a dia, sendo uma fonte de aprendizado para todos", diz Irene Maluf. Para que isso aconteça, o acervo que você vai apresentar ao seu filho precisa ser diverso: cor da pele dos personagens representados, modelos familiares e formas de pensar e ser nos mundos real e fantástico, por exemplo, fazem diferença. "Se eu como pai ou educador só mostro o mesmo tipo de representação/desenho/ilustração de como é uma princesa, por mais livros que eu exponha à criança, não estou apresentando diversidade a ela. Se só mostro um tipo de modelo familiar, ainda que ofereça muitos livros, estou mostrando apenas uma matriz possível", diz o escritor Giuliano Tierno. Então, coração aberto, de filhos e pais, rumo a um mundo espetacular, intenso e múltiplo: o dos livros.

CUIDAR JUNTO

PAIS E MÃES ESTÃO SE ORGANIZANDO PARA SE REVEZAR NA CRIAÇÃO DOS FILHOS EM VEZ DE PAGAR BABÁ OU BERÇÁRIO. SÃO AS CHAMADAS CRECHES PARENTAIS. ENTREVISTAMOS DIVERSAS FAMÍLIAS, EM VÁRIAS REGIÕES DO BRASIL, PARA CONTAR A EXPERIÊNCIA DELAS NESSE NOVO FORMATO COLETIVO DO CUIDAR

TEXTO **FERNANDA CARREGIANI**



É preciso uma aldeia inteira para cuidar de uma criança. Isso é o que diz um provérbio africano, mas que dimensiona o suporte que nós, pais e mães, precisamos para criar nossos filhos. Afinal, educamos uma criança para a sociedade, para que, no futuro, ela possa transformá-la em um lugar melhor para viver. Nada mais justo que fôssemos acolhidos por ela. Mas vivemos tempos complexos, como disse o educador e professor Severino Antônio, em entrevista para o documentário *O Começo da Vida*: "Uma das grandes solidões do mundo contemporâneo é a perda da comunidade". Criar uma rede de apoio realmente não é tão simples, as famílias não são mais numerosas como eram no passado *[dados do IBGE mostram que o número de filhos por família vem caindo desde a década de 1960]*, nem vivem mais tão juntas como antes, com avós, tios, primos próximos. Sem contar que a rotina das grandes metrópoles pode ser uma barreira para olhar o outro com compaixão.

Para driblar esse cenário, mães e pais estão formando grupos para cuidarem uns dos filhos dos outros em diferentes cidades do Brasil. Eles se organizam em espaços alugados, públicos ou nas próprias casas. Esse é o conceito das creches parentais, também chamadas de cooperativa ou associação de pais, inspiradas no modelo francês *(leia ao lado)*, que tem ganhado espaço no país como alternativa a babás e creches convencionais. Não há números no Brasil sobre esses locais e as famílias entrevistadas contam que optam por esse modelo por falta de vagas em creches públicas e até mesmo particulares, ou pelo alto custo das escolas e das babás. Há aquelas que buscam uma educação mais livre, com menos regras e mais envolvimento de pais e mães. Tem ainda quem procure uma rede de apoio e troca para deixar a maternidade e a paternidade menos solitárias e poder refletir sobre a educação que gostariam de dar para os filhos. A servidora pública Aline Correa Sobral Melo, 29 anos, da creche parental Nosso Ninho, que você vai conhecer nesta reportagem, afirma que poder estar presente e participar ativamente da rotina das suas filhas é uma das principais vantagens desse formato: "Na creche e na escola você só ouve 'ele ficou bem, comeu isso, fez aquilo'. Quando está dentro do processo, você tem voz e liberdade para participar do desenvolvimento do seu filho".

Não existe uma regra que resuma como as creches parentais funcionam, já que depende do grupo e das demandas, mas todas têm em comum a participação ativa e intensa das famílias em alguma etapa do processo, seja no dia a dia com as crianças ou em questões mais administrativas. Os pais também se organizam de acordo com sua profissão. Existem os que não trabalham ou são autônomos, mas mesmo quem tem emprego fixo e horários pouco flexíveis consegue encontrar uma forma de conciliar a rotina da creche. Em alguns casos, é possível outra alternativa, como pagar uma cuidadora (ou mediadora) para cobrir a sua escala (sendo que esta pode ficar junto com as famílias durante os turnos) ou negociar com o empregador e ter desconto na folha de pagamento pelas horas ausentes. Os encontros podem acontecer de duas a cinco vezes por semana e o custo tem grandes variáveis, chegando a R$ 600, por exemplo, segundo as creches que CRESCER conheceu para esta reportagem. A idade das crianças oscila bem, de 6 meses a 4 anos, embora, em alguns casos, haja membros de 6 e 7 anos.

Se chegar a um consenso com o seu companheiro sobre como criar o seu filho pode ser difícil aí na sua casa, pen-

LONGE DO BRASIL...

As nossas creches parentais são inspiradas no modelo francês, que surgiu em meados de 1970 exatamente como as brasileiras, organizadas pelas famílias. O movimento cresceu e, 20 anos depois, o governo da França reconheceu, regulamentou e passou a financiar as creches parentais. A psicóloga, pesquisadora e escritora Carolina Pombo conheceu de perto essas iniciativas quando fez doutorado por lá. Ela conta que elas surgiram por falta de vagas nas creches públicas, mas também são um recurso para mães que têm receio de deixar os bebês por muitas horas em instituições. São associações registradas no órgão público local de saúde materno-infantil, que têm pediatra, psicólogo, diretora pedagógica e auxiliares treinados. A gestão fica a cargo dos pais, que se dividem em tarefas de tesouraria, secretaria e manutenção. Cada família precisa dedicar um tempo mínimo, que vai de um a quatro turnos mensais. "Como são regulamentadas e seguem uma série de parâmetros, são até um pouco mais caras do que as creches públicas, que têm o valor calculado de acordo com a renda da família", explica Carolina.

Existe outro modelo de cuidado compartilhado na Alemanha chamado Tagesmutter. São famílias que abrem suas casas para cuidar de crianças de até 3 anos. É preciso fazer uma formação e a casa é inspecionada pelas prefeituras, que ficam responsáveis pela fiscalização e organização desse sistema. Segundo o Departamento de Estatística da Alemanha, dados de 2012 mostram que cerca de 43 mil pais e mães trabalhavam com esse cuidado coletivo. O serviço custa de 3 a 8 euros, de acordo com o site *tagesmutter.com*, mas é possível conseguir uma ajuda financeira do conselho tutelar se a família não tiver condições de arcar com esse valor.

CRIANÇAS SE DIVERTEM NA CRECHE PARENTAL CRIA MUNDO, NO RIO DE JANEIRO.

se o quanto é desafiador para essas famílias. Para elas, no entanto, esse é um exercício que as aproxima e vai além da rotina da creche parental. São pais e mães que se unem para criar os filhos em comunidade.

A cuidadora Tatiana Silva, 35, trabalha como auxiliar em dois projetos de creche parental no Rio de Janeiro e conta que seu papel é dar suporte na relação de coletividade entre as famílias. "Geralmente, os bebês exigem muito da mãe, e ele precisa sentir ali, na convivência com outras crianças, que essa mãe também precisa cuidar de outros bebês, não só dele", diz. Ela cursou Pedagogia por um ano e meio, mas decidiu sair por entender que a experiência nos grupos era uma "faculdade viva". "É uma riqueza enorme lidar com os desafios da diversidade. Cada família tem uma linguagem, sons e cheiros diferentes. A criança entende que o mundo é assim, e não um ambiente tão preparado como é a escola."

Para Tatiana, esses movimentos são um resgate do instinto comunitário presente na nossa ancestralidade e há resistência nesse sentido. "Todo mundo acha interessante, mas a gente vive em um momento muito individualista e institucionalizado. A criança tem que ir para a creche, é uma premissa social." Mãe de Acauã, 5 anos, e grávida de Íris, ela hoje se sente acolhida por muitas redes. "Estou mais segura de que o cuidado da criança não precisa e não vai ser só meu. Meus amigos falam: esse filho que você está esperando é meu também. E eu sinto que os filhos deles são meus. É desconstruir essa possessividade."

E A EDUCAÇÃO INFANTIL?

Apesar de acreditar que o movimento seja interessante e que os pais têm liberdade para decidir que tipo de educação querem dar aos filhos, para a educadora Gabriela Guarnieri de Campos Tebet, do Departamento de Ciências Sociais na Educação da Unicamp (SP), esses arranjos não devem substituir a creche convencional. "Educação infantil é uma coisa, espaço de convivência familiar é outra. São propostas distintas com objetivos distintos. Não podem nem devem ser tomadas como sinônimos", explica a especialista, que é coordenadora do Grupo de Estudos e Pesquisas em Políticas Públicas e Educação.

Ela afirma que, por definição, essa primeira etapa da educação básica deve acontecer em espaços institucionais não domésticos, como creches e pré-escolas, que cuidam de crianças de 0 a 5 anos.

> "CADA CRIANÇA PERTENCE À HUMANIDADE INTEIRA."
>
> **JACK SHONKOFF, MÉDICO E PESQUISADOR DE DESENVOLVIMENTO INFANTIL EM HARVARD (EUA), NO DOCUMENTÁRIO *O COMEÇO DA VIDA*.**

Isso é um direito, segundo as Diretrizes Curriculares Nacionais para a Educação Infantil. "A formação específica dos profissionais que atuam na educação infantil, o planejamento e a organização adequada do espaço da creche, assim como os materiais específicos, têm grande importância para o desenvolvimento infantil. É por isso que defendo que esse tipo de iniciativa de pais não pode substituir a educação infantil. Mas deve ser entendido como uma ação complementar em casos específicos e apenas quando essa for uma opção das famílias e não uma política pública", pondera. Por isso, sugere Gabriela, "se os pais não estão satisfeitos com as opções oferecidas, eles deveriam se envolver em movimentos de luta por educação infantil de qualidade e organizações de pais que questionam e ajudam a equipe escolar a construir novas propostas para as creches".

Outro ponto dessa questão legal é que a Emenda Constitucional nº 59, de 2009, torna obrigatória a matrícula de crianças na pré-escola a partir dos 4 anos. Na prática, não existe uma punição estipulada para quem descumprir a regra, mas algumas creches parentais limitam a idade até 4 anos para não ter problemas. Como também não há uma lei que as regulamente, cabe às famílias entenderem e combinarem como vão lidar com a Justiça caso surja alguma questão nesse sentido.

EXPERIÊNCIAS DIVERSAS

Para o educador Vicente Góes, pesquisador nas áreas de sustentabilidade e transdisciplinaridade, a criação de redes de apoio entre famílias é uma forma interessante de oferecer experiências aos filhos. "Existe uma carência de espaços de autonomia da criança fora da escola e a rede é uma boa solução para isso. Na escola há pouca diversidade, elas são agrupadas por classe social e valores muito semelhantes", explica.

Em 2013, ele começou a estudar educação não institucionalizada e criou um grupo chamado Barro Molhado, em que 15 famílias e cinco educadores se encontravam em praças e parques de São Paulo para discutir a educação das crianças. Os eventos aconteceram por três meses, algumas vezes por semana, com diversas demandas. Hoje, o grupo cresceu. "São mais de 50 famílias, e a gente se entendeu como rede."

Na visão de Vicente, as creches parentais fazem sentido na fase do puerpério, quando as mães acabaram de ter seus bebês e encontram mais disponibilidade para se apoiar. "Essa necessidade se dilui ao longo do crescimento das crianças. As famílias acreditam nisso como um sonho, mas têm dificuldades de empreender nesses projetos, trabalhar e tomar conta do resto da vida ao mesmo tempo."

A seguir, conheça como algumas creches parentais se organizam no dia a dia.

COOPERATIVA CASINHA

Com quatro anos de existência, a Casinha é referência no universo de creches parentais brasileiras e uma das experiências mais antigas em funcionamento. Atualmente, são cinco famílias e cinco crianças, de 2 a 4 anos, que se encontram de segunda a sexta-feira, das 13 às 18 horas, em uma casa alugada em Curitiba (PR). Cada dia é uma família que cuida das crianças e da alimentação, com apoio de uma educadora. Os pais que não conseguem participar da escala têm a opção de pagar uma cuidadora para ir em seu lugar, mas precisam se envolver de outras formas. É o caso da oficial de Justiça Lorena Tavares Contijo, 35, mãe de João Felipe, 4, e de Ana Laura, 2. Ela é uma das criadoras do projeto e esteve presente no dia a dia nos três primeiros anos. "Meu horário é flexível, mas, no ano passado, a rotina tumultuou pela idade da minha filha, então me afastei um pouco. Tem outra mãe que também não vai." Com a diária da cuidadora inclusa, ela paga cerca de R$ 700 por mês. Este ano, João Felipe passou a frequentar menos porque entrou na escola e só a caçula é membro fixo da creche. Lorena conta que não concorda muito com a proposta do colégio, mas achou interessante o filho ter mais contato com crianças da mesma idade, já que, na cooperativa, os colegas são menores.

Antes de formar a creche, ela já pensava em criar os filhos em comunidade. E foi em um grupo de dança que conheceu outra mãe interessada. Entre maio e junho de 2013, ela e mais quatro mulheres formaram um primeiro grupo. Porém, a diferença de idade das crianças incomodou. "Meu filho tinha 6 meses e havia crianças de 3 anos. Ficamos uns dois meses até uma das mães encontrar uma casa para alugar com uma edícula." Lá tudo recomeçou e é onde funciona a Casinha até hoje. Muita coisa mudou, ao longo desse tempo, mas o princípio básico continua o mesmo: acreditar na inteligência inata da criança. "Preparamos o ambiente externo e o nosso interno para estar tranquilo e aberto para ela explorar. Dar autonomia para brincar livre, sem ser conduzida, policiada, limitada."

NITERÓI (RJ)

CASA VIVA

Morena tinha 1 ano e meio quando sua mãe, a turismóloga Liana Souza Freire, 29, visitou a creche parental Casa Viva em busca de um modelo fora do padrão. De cara, se encantou com as crianças. "Elas eram extremamente verdadeiras e gostei da forma como os adultos abordavam os conflitos", lembra ela, que conheceu o projeto por indicação da cunhada, que trabalha com educação não convencional.

Liana se identificou tanto com a creche que a indicou para a amiga e administradora Rafaela Moreno Perlingeiro Nunes Neto, 26, que também procurava um lugar diferente para a filha Luma, da mesma idade de Morena. "Ela ficou duas semanas em uma creche comum, mas não gostei", conta Rafaela, que levou a menina para a Casa Viva. Hoje, junto com Liana, faz parte da comissão de comunicação do local, que funciona de segunda a sexta-feira em dois turnos, manhã e tarde, com dez famílias e dez crianças de 1 a 4 anos. Os outros pais participam das comissões pedagógica, financeira, de eventos e de organização do espaço, e cada família precisa cobrir três turnos por semana. Até o ano passado, cada uma das oito famílias participantes pagava R$ 150 por mês. Agora, o valor subiu para R$ 500, tanto porque foram contratadas três cuidadoras que se revezam quanto para ajudar no caixa da creche, já que uma nova casa está sendo construída só para ela. Atualmente, o local é alugado e abriga também outros projetos, como um de equoterapia para crianças com deficiência.

A dedicação das famílias na creche é um dos maiores desafios para Liana. "Exige muito tempo e não é só quando estamos lá. Sempre precisamos fazer alguma coisa fora do dia a dia, seja cozinhar, seja lidar com questões administrativas." A convivência com os outros pais também demanda energia. "Temos muito em comum, mas existem divergências." Mesmo com as dificuldades, os participantes se consideram uma grande família.

PARA CRIAR UMA CRECHE PARENTAL

CONHECENDO AS EXPERIÊNCIAS BRASILEIRAS É POSSÍVEL VER QUE NÃO EXISTE PADRÃO (NEM LEGISLAÇÃO) NA MANEIRA COMO OS GRUPOS SE ORGANIZAM. AQUI VAI UM PASSO A PASSO POR ONDE COMEÇAR:

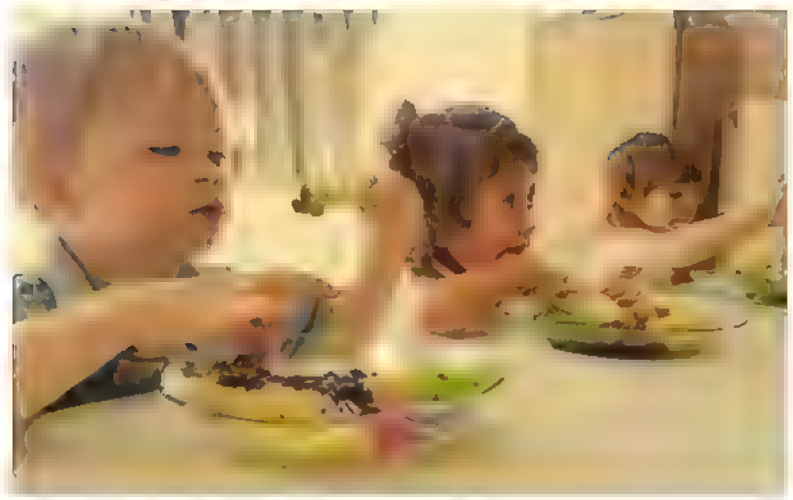
1 Pesquise: Leia tudo sobre o assunto. Além desta reportagem, existem grupos de Facebook que discutem cuidados coletivos e compartilhados.

2 Conheça experiências: Entre em contato com as famílias que têm creches parentais e, se puder, visite algumas para sentir na pele se esse arranjo faz sentido para a sua família.

3 Encontre interessados: Procure pais e mães da sua cidade, de preferência do seu bairro, que podem curtir a ideia. Talvez você tenha de explicar o que é e como funciona o modelo. O ideal é que vocês marquem reuniões presenciais. Se as pessoas não conseguirem tempo para se encontrar, dificilmente o projeto vai dar certo.

4 Definam como vai ser: Com o grupo formado, é hora de discutir detalhes práticos. O primeiro é onde vai ser a creche parental. Leve em consideração segurança, higiene, distância e estrutura adequada para as crianças. Se decidirem alugar um espaço, é preciso levantar os custos e as questões burocráticas envolvidas. Outra decisão é sobre quantas vezes por semana e em quais horários vocês vão se encontrar, levando em conta o tempo e o orçamento que cada família tem disponível.

5 Experimentem: O começo é sempre um pouco conturbado e leva um tempo até todo mundo se adaptar à nova rotina. Ao longo do processo, muita coisa pode mudar e tudo bem. O importante é que vocês conversem sempre e façam ajustes quando for necessário.



NOSSO NINHO

Faz quase três anos que a servidora pública Aline Correa Sobral Melo, 29, alugou uma casa com uma edícula nos fundos para fazer a sede da creche parental Nosso Ninho, em Maringá (PR). A mudança acompanhou uma transformação na sua maneira de criar as filhas. A mais velha, Alice, hoje com 9 anos, teve babá e entrou na escola aos 3, mas a experiência não foi boa. "Forçavam ela a dormir, a comida era ruim, as professoras brigavam e davam muita bronca. Quando engravidei da Amelie, agora com 2 anos, não queria passar isso de novo", lembra ela, que também é mãe de Sara, 8 meses.

Foi em um grupo de apoio à maternidade que Aline questionou: e se a gente cuidasse uma dos filhos da outra? Pesquisando na internet, encontrou o modelo de creches parentais francesas e descobriu uma experiência parecida no Brasil. A conversa com as famílias da Cooperativa Casinha *(que você já conheceu)* inspirou a criação da Nosso Ninho. Começou com dez crianças de seis famílias, que se dividiam em dois turnos por família, podendo ser o pai, a mãe ou os dois. Aline e o grupo reformaram a edícula e o gasto de R$ 13 mil foi dividido.

O grupo buscou inspiração em correntes pedagógicas como Montessori e Waldorf e definiu como princípio o cuidado afetuoso. O espaço tem bastante área verde e as crianças fazem piquenique, brincam com os cachorros e colhem frutas do pé. "Nosso foco é o carinho. Queremos que elas fiquem à vontade e livres para brincar. Direcionamos para fluir o ritmo e elas não ficarem só correndo o dia inteiro, mas observamos o jeito de cada uma e nada é imposto. Elas comem quando têm fome, não existe um horário rígido para isso", diz.

Hoje, a Nosso Ninho tem 12 crianças, de 6 meses a 3 anos, de 11 famílias e duas cuidadoras, sendo uma psicóloga e uma estudante de Psicologia. Elas são contratadas como auxiliar de creche, no sistema de empregada doméstica. "Não tem outra forma, porque não temos CNPJ. Cada um registra uma e a gente faz dessa forma", conta. O local funciona de segunda a sexta-feira, das 8 às 18 horas, e as famílias fazem um turno por semana, acompanhadas de uma cuidadora. Ou seja, tem sempre quatro adultos cuidando de 12 crianças. O custo médio mensal não é fixo, mas não passa de R$ 600. "A escola mais cara da cidade tem três cuidadores para 18 crianças – e isso é um número fantástico – e custa R$ 1.800."

Além do custo mensal, existe um valor de entrada para novas famílias de R$ 1.200 à vista ou R$ 1.500 parcelado. Essa taxa cobre o que já foi investido em estrutura e compra de brinquedos, e vai para um fundo de reserva. A administração fica com os pais da secretaria financeira, que elaboram a divisão de custos. As famílias da creche, aliás, se organizam em seis secretarias, de pedagógica à culinária.

O grupo criou até uma secretaria jurídica depois que sofreu denúncias de vizinhos e passou a receber fiscais da prefeitura e do conselho tutelar. "Disseram que as crianças estavam sofrendo maus-tratos, porque comem com as mãos, mexem na terra e rastejam na grama. Os fiscais vêm e nunca acham nada, mas é um transtorno." Uma das questões com essa parte legal é que o grupo só aceita crianças até 4 anos, para não entrar em conflito com a lei. Como não há legislação em torno da creche parental, "nossos advogados dizem que tudo que não é proibido é permitido, a não ser que o estado coloque uma lei. É algo feito entre amigos e não tem lucro", diz a servidora pública.

Um dos motivos que levam os pais à Nosso Ninho é porque não querem deixar os filhos na creche o dia todo, e as públicas e particulares de Maringá, segundo Aline, só funcionam em período integral. Os pais participantes têm profissões diversas: musicoterapeuta, médico, terapeuta ocupacional, policial, servidores públicos, professores, engenheiro, empresários, psicólogos e advogados. "A maioria aqui tem empregador ou precisa cumprir horários. Eu bato ponto e tenho desconto na folha de pagamento porque saio durante meio período para estar na creche." Mas qualquer pessoa da família da criança pode participar da escala: pai, mãe, avó. "Eu aconselho que os pais conversem com o empregador. As empresas têm que entender que precisam fornecer condições para o funcionário trabalhar bem", diz Aline.

RIO DE JANEIRO (RJ)

CRIA MUNDO

Quando engravidou de Thomas, hoje com 2 anos, a jornalista Carolina Almeida, 28, trabalhava em um grande jornal carioca. Na volta da licença-maternidade, matriculou o filho na creche. "Meu marido levava e meus pais buscavam. Não participar dessa rotina me fazia mal", lembra ela, que se apaixonou pela maternidade e educação. "Comecei a pesquisar e entender que não precisava ser um modelo fechado." No mês em que estava para pedir demissão, recebeu mensagem de duas mães de um grupo de parto humanizado que participou na gravidez. Elas queriam montar uma creche parental.

Carolina, que pagava R$ 1.600 por mês em uma creche regular, hoje desembolsa de R$ 350 a R$ 450 na Cria Mundo, que tem sete crianças, de 1 a 3 anos. A creche funciona três vezes por semana, das 8h30 às 12h30, na casa de duas das sete famílias participantes. Nos outros dias, cada uma se organiza à sua maneira com os filhos. O custo fixo é para pagar o salário de uma educadora e os gastos com alimentação. Uma das mães, que já trabalhou em restaurante, é responsável pela comida e, por isso, não entra na escala de cuidados como as outras famílias.

Como a intenção é voltar a cobrir todos os dias úteis, o grupo agora contratou uma pedagoga para dar consultoria. "A gente quer mais organização e a meta é chegar a dez famílias", diz a jornalista, que reforça que chegar a um consenso das decisões é o principal desafio no dia a dia. "Mas a gente reconhece o privilégio de poder estar com os filhos, conversar e refletir sobre educação", afirma Carolina. Para a Cria Mundo, é fundamental que as crianças tenham áreas abertas, contato com a natureza e sejam livres para brincar. Ainda assim, as atividades não se limitam às casas. "Elas participam com a gente de um grupo que resgata o conhecimento da mulher sobre agroecologia, por uma comida mais limpa. Isso as ajuda a entender que o mundo é mais do que o nosso quintal."

RIO CLARO (SP)

FOLIA DE BEBÊS

Por se sentirem sozinhas nos primeiros meses de vida de seus bebês, duas amigas do interior de São Paulo resolveram passar mais tempo juntas. Aos poucos, chamaram outras mães e pais até formar um grupo de 12 famílias, oito delas fixas, com 12 crianças, que se encontram todos os dias e abrem suas casas uma vez por semana para receber as outras. "No começo, a gente se reunia para compartilhar medos e anseios da maternidade. Depois, passamos a fazer um rodízio", conta a pedagoga Leticia Sepulveda Teixeira Leite, 25, mãe de Apolo, 1, e Ruda, 3 meses. Foi ela quem começou o Folia de Bebês junto com uma amiga.

As crianças têm entre 1 e 3 anos e o grupo funciona há um ano e meio, de segunda a sexta-feira durante a tarde, um dia na casa de cada família fixa. A dinâmica é assim: a família fica responsável pela organização e limpeza no dia em que recebe a creche parental, e outras duas mães se revezam para cuidar da alimentação das crianças e dos adultos. "Não temos profissional contratado. Até seria melhor, mas algumas mães não trabalham e fica difícil pagar." Elas também se dividem para propor atividades de experimentação, com diferentes tipos de materiais. "A ideia é oferecer alguma coisa nova e deixar que eles explorem como quiserem." Essas propostas incentivaram as famílias a estudar o desenvolvimento infantil para saber o que é mais adequado e desejável em cada fase da vida dos filhos. "Montamos um grupo para trocar informações e livros e eu, que ia estudar Cinema no mestrado, decidi focar nas creches parentais", diz Letícia, que começou a pesquisa, mas logo precisou fazer uma pausa para ter o segundo filho.

Em suas primeiras análises, percebeu que esse modelo não tem padrão de organização, mas a linha pedagógica costuma ser parecida entre todos, com mais liberdade e autonomia para filhos e pais. "Não é preciso espaço nem cuidador fixo, e sim famílias interessadas e dispostas a dar seu tempo e sua energia para o grupo."

Essa é a maior dificuldade do Folia de Bebês hoje. Algumas famílias saíram, outras novas entraram, e essa rotatividade exige readaptação, com novos combinados. Por isso, o grupo segue mais como um espaço de acolhimento do que só como uma creche parental. "A gente conversa e troca tudo, roupas, objetos e brinquedos. É um movimento de criação coletiva e acabamos tendo um amor tão grande pelo filho do outro que é como se fosse nosso também."

PORTO ALEGRE (RS)

JARDIM NÔMADE

Sem horário e lugar fixo, sem escala entre os pais, sem custo mensal, sem definição. O Jardim Nômade é uma rede de apoio que extrapola o conceito de creche parental. "Estamos começando a nos entender como uma comunidade espalhada", diz Guilherme Schröder, 35, pai de Lara, 2, e um dos fundadores do projeto, que começou há dois anos, com cerca de seis famílias e nove crianças no total. Hoje, o movimento conta com 20 famílias, sendo dez mais atuantes. As crianças têm até 7 anos e os encontros acontecem todos os dias, inclusive aos sábados e domingos. Só dois dias da semana são fixos, em espaços de educação livre, que cobram R$ 30 a diária. As reuniões são espontâneas, segundo a disponibilidade e a necessidade de cada um. Se um pai ou mãe precisa deixar os filhos para ir a um compromisso, recorre ao grupo. Um dos valores do Jardim é questionar o cuidado exclusivamente biológico das crianças. "Eu só cuido do meu filho, do meu núcleo familiar. Estamos tentando superar essas coisas todas", conta Guilherme, que trabalhava como educador e deixou a profissão formal por causa desse questionamento. Hoje, faz mestrado na área de educação e quer virar agricultor.

Enquanto muitos movimentos têm as mães como principais envolvidas, neste há vários homens. "Não vou aceitar um trabalho de 40 horas e deixar minha companheira cuidando da minha filha. Vou assumir a responsabilidade com ela." Uma das críticas que já ouviu é que só adere a esse modelo quem é "bem de vida". Para ele, é o contrário. "Já tivemos uma cuidadora e, no fim do mês, cada um contribuía com o quanto podia e fazíamos o rateio. Agora, escola custa caro. Então, prefiro deixar de trabalhar, de ganhar e de gastar com a escola e ficar com as crianças. Não tem dinheiro envolvido."

NÃO FALA ASSIM!

"VOU CONTAR ATÉ TRÊS..." "SE COMPORTE." AS FRASES FEITAS QUE DIZEMOS ÀS CRIANÇAS FORAM INCORPORADAS À NOSSA CULTURA A TAL PONTO QUE NEM PARAMOS PARA PENSAR NO QUE REALMENTE SIGNIFICAM. NEM DE QUE FORMA AFETAM NOSSOS FILHOS. REFLETIR SOBRE ISSO É A PROPOSTA DO NOVO LIVRO SOBRE OS DISCURSOS DOS PAIS

TEXTO **NAÍMA SALEH**

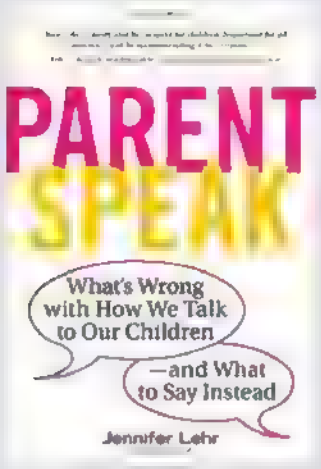
JÁ IMAGINOU como seria se você falasse com o seu marido, seus amigos ou seu chefe da mesma forma que fala com seus filhos? E se eles não obedecessem, já se imaginou ameaçando-os com uma palmada ou com um tempo de castigo, para pensar no que fizeram? A americana Jennifer Lehr, mãe de Jules, 11 anos, e Hudson, 8, se fez essas mesmas perguntas. Ela batizou esse discurso direcionado especificamente às crianças de *parentspeak* (algo como "discurso de pai", em tradução livre, embora seja adotado por adultos de modo geral), que se tornou também o título de seu novo livro. Em *Parentspeak – What's Wrong with How We Talk to Our Children – and What to Say Instead* (Discurso de Pai – O que Há de Errado com a Forma como Falamos com Nossos Filhos – E o que Dizer em Vez Disso, em tradução livre), lançado pela Editora Workman Publishing New York, e ainda sem tradução para o português, Jennifer discute o impacto da linguagem que usamos na forma como as crianças percebem a si mesmas e se relacionam.

Com uma prosa leve e ilustrativa, com referências a educadores, psicólogos e especialistas em desenvolvimento infantil, a autora destrincha 14 frases clássicas do discurso tipicamente direcionado às crianças – como "Diga por favor!", "Vá dar um abraço na vovó" ou "Tem que dividir!" – e propõe alternativas para nos comunicarmos com nossos filhos de maneira mais respeitosa, levando em conta também o ponto de vista deles. Confira a entrevista exclusiva que ela deu à CRESCER:

Como você define o que é *parentspeak*?
Considero que são as frases que os adultos usam repetidamente, várias e várias vezes, direcionadas exclusivamente às crianças. É uma linguagem de controle, muitas vezes agravada pela condescendência. E o problema é que humanos, não importa de que idade sejam, não respondem bem quando são controlados. Nós almejamos a autonomia. Não gostamos que alguém nos diga o que devemos sentir, como devemos pensar e o que fazer. Nos Estados Unidos, nós temos liberdade de expressão, podemos falar o que quiser, mas muitas crianças não têm esse direito. Nós temos o direito de protestar pacificamente, mas muitas crianças, não. Quando elas se atrevem a expressar a sua opinião são, muitas vezes, rotuladas como atrevidas. E várias pessoas confundem a tentativa de entender o ponto de vista infantil, escutando o que elas têm a dizer, com mimá-las.

Você se lembra de como seus pais falavam com você?
Não tenho muitas memórias específicas. Mas sei que respondo de forma visceral quando vejo alguém falar com crianças com desrespeito. Acho que isso desperta em mim sentimentos de desamparo e confusão com origens na minha própria infância. Uma vez, quando pequena, estava gemendo no chão, gritando, brava e fora de controle, incompreendida, e ouvi dos meus pais que eu poderia me comportar do jeito que quisesse só do meu quarto para dentro. Para mim, a mensagem que eles

FOTO LETIZIA LEFUR / GETTY IMAGES



PARENTSPEAK – WHAT'S WRONG WITH HOW WE TALK TO OUR CHILDREN – AND WHAT TO SAY INSTEAD (DISCURSO DE PAI – O QUE HÁ DE ERRADO COM A FORMA COMO FALAMOS COM NOSSOS FILHOS – E O QUE DIZER EM VEZ DISSO). WORKMAN PUBLISHING NEW YORK, US$ 10,37, NA AMAZON.

passaram era clara: se eu agisse como se não estivesse sentindo o que eu, de fato, estava sentindo, poderia ficar com eles. Fui deixada sozinha para entender por conta própria aquele ciclope dentro de mim – uma tarefa para a qual eu estava despreparada. Foi exatamente como a terapeuta familiar Susan Stiffelman *[há mais de 30 anos atendendo famílias nos Estados Unidos]* escreveu: "Quando mandamos uma criança com mau comportamento para seu quarto porque não conseguimos lidar com a maneira como ela se porta ou com seu mau humor, estamos criando ansiedade em um ser que precisa saber que podemos lidar com qualquer desafio que ele precise enfrentar. Não transmita a uma criança a mensagem de que ela só é amável e aceitável quando se comporta como desejamos".

Seus pais provavelmente foram criados da mesma forma...
Sim, talvez eles também não tivessem permissão para vivenciar seus sentimentos – mesmo dentro de seus próprios quartos. Ou, quando crianças, simplesmente não fossem tão sensíveis quanto eu. Eu não os culpo, porque sei que eles, assim como nós, são pessoas imperfeitas e bem intencionadas que foram criadas por pessoas imperfeitas e bem intencionadas, e assim até o infinito. Meu ponto é que, agora que eu sou mãe, cabe a mim fazer um balanço de como minha educação pode ter me afetado negativamente e decidir agir diferente. E é isso que tenho feito.

E como você tentou mudar esse ciclo depois de ter filhos?
Quando estava grávida de nove meses, um amigo deixou um vídeo debaixo da minha porta com um bilhete: "Assista isso!". A obra se chamava *Seeing Infants with New Eyes* (Enxergando Crianças com Novos Olhos, em tradução livre) e era sobre o trabalho da húngara Magda Gerber e sua filosofia de criar as crianças com respeito desde que nascem. Uma cena em particular me atingiu. Um homem estava fazendo caras e bocas e jogando um bebê para cima e para baixo para fazê-lo rir. Quando a câmera mudou para o ponto de vista do bebê, eu imediatamente me compadeci pela criança, que tinha sido sacudida e jogada por alguém que estava fazendo caretas exageradas. Naquele momento, entendi que aquilo tinha a ver com o homem e a necessidade dele de fazer com que o bebê se sentisse bem com a interação. Fiquei inspirada e me inscrevi em um curso sobre Gerber. As aulas me ajudaram a entender de forma profunda como os bebês são indivíduos inteiramente sensíveis, com seus próprios sentimentos, interesses e perspectivas, que merecem consideração e reconhecimento. Como resultado, procurei, tanto quanto possível, tentar entender isso com os meus filhos.

Você defende muito no livro que sempre temos que ouvir o que as crianças têm a nos dizer.
Todas as crianças nascem com pensamentos, sentimentos e interesses genuínos, mas se desconectam disso quando dizemos a elas que está tudo bem, quando na verdade não está. Quando são elogiadas para que se comportem como nós queremos para nos agradar. Quando dizemos a elas para vestirem um casaco mesmo que não estejam com frio. Tantas meninas pequenas, em particular, captam a mensagem de que devem ser quietas e comportadas para não criar caso. Vi uma ilustração outro dia que mostrava bem como costuma ser o nosso comportamento enquanto pais. Na figura, uma mãe aparecia

explicando à filha: "Querida, quando você crescer, quero que seja assertiva, independente e determinada. Mas, enquanto você é criança, quero que seja passiva, maleável e obediente". Simplesmente, não funciona assim. Se não fizermos jus à voz dos nossos filhos quando são crianças, corremos o risco de criar adultos que acreditam que seu ponto de vista não é importante. E eu quero que meus filhos saibam que o ponto de vista deles é tão importante quanto o meu.

E que exercícios os pais podem fazer para avaliar se estão tratando os filhos com respeito em vez de criarem um problema maior?
Se relacionar com as crianças de forma respeitosa requer uma mudança de percepção. A postura mais poderosa que podemos assumir é nos colocarmos no lugar delas. E isso começa quando somos curiosos. Quando nos perguntamos por que as crianças estão chorando, resmungando, por que estão zangadas, por que estão se sentindo desse jeito. As crianças não se sentem assim por nada. Também podemos nos questionar como nos sentiríamos se falassem conosco da maneira como falamos com as crianças. Achamos que só porque elas são pequenas experimentam as coisas de uma outra forma, mas não. Elas também são humanas.

Você também discute bastante os elogios exagerados às crianças. Como eles podem ser prejudiciais?
Quando nós elogiamos nossos filhos para que eles façam o que queremos, estamos ensinando que eles só são dignos de amor e aprovação quando se comportam da maneira que nós desejamos. E isso é amor condicional. Só que as crianças apenas prosperam quando são amadas incondicionalmente. Isso significa que elas progridem quando as deixamos saber que as amamos mesmo quando elas não alcançam seus objetivos, quando cometem erros, estão de mau humor ou são humanas. Ter a aprovação de um pai é tão importante que as crianças fazem de tudo para conseguir isso. Por isso, quando nós, pais, usamos nosso poder para forçá-las a seguirem nossos objetivos, estamos sendo manipuladores. Como escreve o psicólogo norte-americano Leon Seltzer, o resultado de elogiar as crianças mediante certa condição é que elas se formam para agradar às pessoas, sempre buscando pela aprovação alheia, inseguras de suas próprias habilidades e com medo.

E qual seria a saída?
Como disse o psicólogo humanista do século 20, Carl Rogers, a solução é fazer com que nossos filhos se sintam valorizados em vez de louvados. Ele escreveu: "Se você valoriza alguém, ouça, preste atenção, queira entender, dê tempo". As crianças não precisam de nossa adulação, elas anseiam nosso genuíno interesse por seus pensamentos, sentimentos, ideias e realizações.

POR QUE NÃO DIZER...

"DÁ UM ABRAÇO NA VOVÓ"
Ou no tio. Ou no amigo. Tanto faz. Forçar a criança a demonstrar afeto por qualquer pessoa nunca é bom. Primeiro, porque mesmo que seu filho ame os avós ou tios, pode ser que naquele momento não queria dar beijos ou abraços neles. E tudo bem. A criança tem esse direito. Segundo, porque obrigar o contato físico é tirar a autonomia da criança sobre seu próprio corpo, quando ela deveria aprender que só ela tem poder para decidir quem pode tocá-la.

O QUE É MELHOR é claro que você deve incentivar seu filho a ser educado e cumprimentar as pessoas, mas deixe que ele encontre sua própria maneira de se aproximar e demonstrar carinho. Pode ser um cumprimento divertido com as mãos ou apenas sorrir. Instrua os parentes a não forçarem o contato e, se quiserem interagir, proponha uma atividade que a criança goste, como ler um livro para ela ou desenhar, para ir quebrando o gelo após a chegada.

"PEÇA DESCULPAS"
Se não é fácil nem para os adultos pronunciar essas palavras, imagine para as crianças! Mas errar pode ser uma oportunidade de reconhecer suas próprias falhas, tentar consertá-las e realmente se compadecer pela pessoa que foi ofendida. Só que, quando dizemos aos nossos filhos "peça desculpa", o que geralmente vem seguido de "se-não..." e alguma ameaça, não há nem tempo para que sintam um arrependimento genuíno. É vazio. Além disso, o ato de se desculpar passa a ser visto como uma punição.

O QUE É MELHOR deixe que a criança reflita sobre sua atitude, explicando que todo mundo comete erros, mas que o que ela fez não foi bacana. Dê tempo para que o remorço apareça. Quando chegar, ela vai se desculpar, talvez não de forma explícita, mas encontrando seu próprio jeito. E lembre-se: você pode forçar seu filho a falar "desculpa", mas não dá para obrigá-lo a sentir arrependimento.

FONTE *PARENTSPEAK*

E como você espera que o livro ajude os pais e as famílias?
Com o *Parentspeak*, eu queria dar às crianças, que são muito novas para se defenderem por si mesmas, uma voz. Quero que as pessoas estejam mais conscientes do ponto de vista infantil e levem isso em consideração o máximo possível ao tomarem decisões. Para mim, o livro é um manifesto de direitos humanos disfarçado de guia de pais. G

FOTO LETIZIA LEFUR / GETTY IMAGES

NASCER NA HORA CERTA

Recentemente, o Unicef lançou a campanha Quem Espera, Espera, sobre a importância de aguardar a hora que o bebê escolhe para nascer. Vários estudos mostram que o tempo do trabalho de parto é importante para o amadurecimento final do feto, havendo a liberação de substâncias, como os corticosteroides, que agem no pulmão do bebê, facilitando a respiração.

O ponto aqui não é discutir a via de parto, sabemos da importância do parto normal para a mãe e o bebê, mas mesmo que você opte pela cesárea, que seja no momento certo para o seu filho.

Quando você engravida e o médico faz aquelas contas sobre a data provável do parto, não significa que o bebê tem que nascer até aquele dia. Esses cálculos são baseados nas fases da lua, você sabia? Antigamente, não havia ultrassom para datar a gestação, mas a sabedoria popular dizia que o tempo total da gravidez girava em torno de nove ciclos lunares. Portanto, aquela data tão esperada representa apenas uma previsão e não um ultimato para o parto. Hoje, a medicina já oferece recursos para que possamos saber a vitalidade do bebê intraútero, de modo que a sua mãe não precisa ficar o tempo todo no seu ouvido falando que sua "gravidez vai passar da hora". Os palpites alheios não podem ser mais importantes que a relação de confiança que você precisa ter com o seu médico.

Em um mundo tão acelerado, que gira na velocidade das mensagens dos smartphones, é difícil eu pedir aqui para você esperar. Em meio à ansiedade para conhecer seu filho e aos incômodos do final da gravidez, seria mais fácil mesmo agendar o parto para o momento mais conveniente. Percebo que, a partir das 37 semanas, os casais já vivem uma angustiante contagem regressiva para o parto. A cada semana que passa sem sinais de que o rebento está se manifestando para nascer, a família toda se frustra e chega nas 40 semanas já querendo mudar os rumos da natureza. Nessa hora, nos esquecemos do mais básico, somos fêmeas, mamíferas, da espécie *Homo sapiens*, fazemos parte de algo maior, a sabedoria intrínseca da vida, que durante milênios garantiu a nossa existência.

Se a espécie humana chegou até onde chegou, é porque, na grande maioria das vezes, tudo dá certo. O corpo é sábio. Confie nele e entenda que nem você nem seu médico conseguem controlar a alquimia hormonal necessária para o nascimento.

Vale lembrar de alguns sinais de que a sua "hora" está chegando: as contrações de treinamento ficam mais constantes, a barriga pode "descer" (mas este é um sinal bem indireto), porém, o mais seguro é quando o obstetra faz o toque vaginal e sente a cabecinha do feto insinuada na pelve. Além disso, há a perda do tampão, uma secreção viscosa que pode vir com um pouco de sangue quando o colo do útero está se esvaecendo – isto é, ficando mais "mole", se preparando para dilatar. A ruptura da bolsa pode acontecer antes do trabalho de parto, mas, em geral, ela se rompe durante o processo. Se isso acontecer, avise seu médico mesmo se não houver contrações – estas podem surgir logo em seguida ou o seu parto terá que ser induzido.

> "NEM VOCÊ NEM SEU MÉDICO CONSEGUEM CONTROLAR A ALQUIMIA HORMONAL NECESSÁRIA PARA O NASCIMENTO."

Se você não está sentindo nenhum desses sinais e está cansada de esperar a próxima mudança da lua, não fique aflita, tenha serenidade para aguardar. É uma mágica que pode acontecer de uma hora para outra e que precisamos respeitar. Seu bebê agradece!

CAROLINA AMBROGINI
GINECOLOGISTA (CRM 102706), OBSTETRA E SEXÓLOGA, COORDENA O PROJETO AFRODITE, DA UNIFESP AQUI, ELA DÁ DICAS DE SAÚDE E RELACIONAMENTO PARA A MULHER QUE TEM FILHOS. É MÃE DE MARINA, 9 ANOS, E VICTOR, 8

CAROLINAAMBROGINI.COLUNISTA@EDGLOBO.COM.BR

FOTO GLTO SEIXAS/EDITORA GLOBO

O teste do pezinho é o primeiro passo para definir o futuro do seu bebê.

Ana Maria Escobar
Pediatra e embaixadora da área da saúde da APAE DE SÃO PAULO
CRM 48084

Como é feito o teste do pezinho?

O teste é feito com uma gota de sangue, colhida em um "furinho" feito por uma agulha no calcanhar do bebê. Coloca-se um papel filtro em cima desta gota de sangue para absorvê-la.

Há mais de um tipo de teste do pezinho? Qual é o melhor?

O teste do pezinho básico é gratuito, um direito de todos, e detecta seis doenças. Existem também testes ampliados realizados pela APAE DE SÃO PAULO, que juntos podem detectar até 50 doenças. Para decidir qual teste é o melhor, você deve consultar o médico e também a maternidade de sua preferência.

Há um prazo específico para a coleta do teste do pezinho?

O teste deve ser colhido entre 48 horas e o quinto dia de vida do recém-nascido, e é essencial que este período seja respeitado. Muitas destas doenças podem causar prejuízos irreversíveis à vida dos bebês ou a Deficiência Intelectual. Quanto antes o tratamento for iniciado, maior é a chance de mudar o futuro de uma criança.

E os bebês que não fizeram o teste na maternidade?

Em caso de partos domiciliares, por exemplo, os pais devem levar o bebê no período correto para um laboratório que realize o exame. Caso a criança receba alta da maternidade sem o teste, o hospital deverá orientar os pais para que o realizem.

Meu filho foi convocado para repetir o teste do pezinho. Devo me preocupar?

Quando há uma suspeita não significa que o resultado é positivo, e sim que um novo exame será necessário para confirmação. Muitos fatores podem interferir nestes resultados positivos. Por isso, é essencial coletar uma nova amostra.

O resultado do teste do pezinho do meu filho veio positivo. E agora?

Quando o teste do pezinho é confirmado, o paciente inicia o tratamento ou é encaminhado para um centro de referência.

PALAVRA DE ESCOTEIRO

A TENDÊNCIA MILITAR, FORTE NESTE INVERNO, PODE SER TRADUZIDA NO UNIVERSO INFANTIL EM LOOKS INPIRADOS PELO ESCOTISMO E ACAMPAMENTOS. CONFIRA PEÇAS UTILITÁRIAS NOS TONS DE OLIVA E ESTAMPAS DE CAMUFLAGEM NAS PRÓXIMAS PÁGINAS

FOTO **BRUNO MARÇAL** / **EDITORA GLOBO**
STYLING **CAROL PIZA** EDIÇÃO **ALBERTO LINS**
PRODUÇÃO EXECUTIVA **AMANDA FILIPPI E TAMY RENTE** PRODUÇÃO DE OBJETOS **TAMY RENTE**
ASSISTENTES DE PRODUÇÃO DE MODA **JAQUELINE CIMADON, MARY NUNES** BELEZA **VALE SAIG**

THOR VESTE **CAMISA** DE SARJA, R$ 99,90, DA PARIZI. **CHAPÉU** DE PELE, R$ 180, DA SPAZIO VINTAGE. **BUTTONS**, R$ 15, OS GRANDES, E R$ 12, OS PEQUENOS, E **MEDALHA** DE METAL, R$ 38, TUDO DO BRECHÓ BOROGODÓ

LOGAN VESTE **CAMISA** DE LÃ, R$ 240, DA VRK. **CALÇA** DE SARJA, R$ 199,90, DA GAP KIDS. **CASACO** DE TACTEL, R$ 169,95, DA DECATHLON. **LENÇO** DE SEDA, R$ 360, LOUIS VUITTON PARA BRECHÓ BOROGODÓ. **BOTA** DE COURO, R$ 219,90, DA DIVERSÃO.

ISADORA VESTE **CAMISA** DE ALGODÃO, R$ 169,90, DA CHICCO. **CALÇA** DE SARJA PINTADA À MÃO, R$ 430, DA A LA GARÇONNE. **COLETE** DE PELE SINTÉTICA, R$ 365, DA RICHARDS. **MEIAS** EM ALGODÃO, R$ 12,99, DA LUPO. **BOTA** DE PLÁSTICO, R$ 160, DA MELISSA.

MIRELLA VESTE **CAMISA** DE ALGODÃO, R$ 175, DA RICHARDS. **JARDINEIRA** DE JEANS, R$ 189,99, DA GAP KIDS. **COLETE** DE POLIÉSTER, R$ 158, DA GREEN. **LUVAS** DE LÃ, R$ 49,99, DA PUC. **MEIAS** DE ALGODÃO, R$ 29,90, DA HERING KIDS. **BOTA** DE COURO, R$ 179,90, DA NETSHOES.

ISADORA USA **VESTIDO** DE TRICOLINE, R$ 259, DA À LA GARÇONNE. **JAQUETA** DE JEANS, R$ 159, SOB **JAQUETA** DE SARJA R$ 139, AMBAS DA RENNER. **MEIAS** DE ALGODÃO, R$ 12,99, DA LUPO. **SAPATILHA** DE COURO, R$ 139,90 DA SANTA LOLLA.

THOR VESTE **CAMISETA** DE ALGODÃO COM CAPUZ, R$ 259, DA RESERVA MINI. **PONCHO** DE SOFT, R$ 225, DA GREEN. **CALÇA** DE TACTEL, R$ 59,99, DA DECATHLON. **GALOCHA** DE PLÁSTICO, R$ 82, DA PLUGHT PARA BEBÊ BOUTIQUE.

BÁRBARA VESTE **CAMISETA** DE [illegible] ALTA DE ALGODÃO, R$ 34[illegible] DA TITETIS. **SAIA** DE COURINO, R$ [illegible]0, DA RENNER. **CARDIGÃ** DE ALGODÃO, R$ 256, DA RICHARDS. **LENÇO** DE MOLETOM, R$ 49, DA TIGOR T TIGRE. **ANEL** DE METAL, R$ 250, DA UBER47. **ALFINETE** DE OURO, R$ 1.520, DA LICA VICENZI. **MEIAS** DE ALGODÃO, R$ 29,90, DA PUKET. **SAPATILHA** DE COURO, R$ 195, DA TIP TOP JOEY PARA BEBE BOUTIQUE.

LOGAN VESTE **CAMISA** DE SARJA, R$ 179,90, DA CHICCO. **BERMUDA** DE SARJA, R$ 83,90, DA BRASCOL. **CINTO** DE COURO, R$ 39,90, DA HERING KIDS. **CASACO** DE LÃ, R$ 159, DA RENNER. **LENÇO** DE RAYON, R$ 92, DO BRECHÓ BOROGODO. **MEIAS** EM ALGODÃO, R$ 12,99, DA LUPO. **BOTA** DE COURO, R$ 109,90, DA KIDY. **MOCHILA**, R$ 179,90, DA PUKET. **MANTA** DE PLUSH, R$ 49,99. **CORDA**, R$ 39,99, E **CONJUNTO** COM PANELA, TAMPA/FRIGIDEIRA, CANECA, DE ALUMÍNIO, GARFO, FACA E [illegible]

MIRELLA USA **VESTIDO** DE VISCOSE, R$ 198, DA QUE-TE-ENCANTE PARA BEBÊ BOUTIQUE. **CARDIGÃ** DE TRICÔ, R$ 175,56, DA ANIME. **PARKA** DE SARJA, R$ 248, DA BANANA DANGER. **LENÇO** DE RAYON, R$ 80, DO BRECHÓ BOROGODÓ. **MEIAS** DE ALGODÃO, R$ 29,90, DA HERING KIDS. **BOTA** DE COURO, R$ 109,90, DA KIDY. **LANTERNA**, R$ 99,99, E **BARRACA**, R$ 129,90, DA DECATHLON.

ISADORA VESTE **MACACÃO** DE SARJA, R$ 202, DA ANTIKINHA. **CAMISA** DE ALGODÃO, R$ 169,90, DA VRK. **MEIAS** DE ALGODÃO, R$ 29,90, DA PUKET. **BOTA** COM DE COURO, R$ 139,90, DA DIVERSÃO. **BINÓCULOS**, R$ 19,90, E **SACO** [illegible] DA DECATHLON.

LANÇAMENTOS

POR **ALBERTO LINS**

1 DECORAÇÃO RETRÔ

Essa câmera analógica, feita à mão com madeira de pinus, combina design e nostalgia e é um ótimo enfeite para dar um charme vintage ao quarto do seu filho.

MINIWOOD, R$ 99,90. MEDE 11 CM X 7,5 CM X 2 CM.

2 BAGAGEM SURPRESA

Com inspiração montessoriana, esse armário de madeira de pinus em forma de mala tem espaço suficiente para a criança guardar livros, brinquedos ou até mesmo uma mesinha e cadeira (vendidos à parte). O móvel ainda vem com uma lousa e penduradores na parte interna, tudo adaptado para a altura das crianças.

VISCONDESCONDE, R$ 3 200. MEDE 89,25 CM X 119 CM X 43,5 CM.

3 ESSE É FERA!

Pode confiar, esse monstro não vai morder o seu filho! Ele será apenas uma companhia de estrutura leve e resistente, coberto por tecido de poliéster, que oferece capota retrátil e removível e quatro rodas duplas para os passeios em família. Recomendado para crianças de 7 kg a 15 kg.

DOREL JUVENILLE, R$ 279.

4 LOOK EXCLUSIVO

A primeira coleção de peças de veludo da Luca and Jack traz calças, vestidos, macacões e blusas, como esta da foto ao lado. Disponíveis em versões para mães e filhas, os modelos têm apenas uma unidade.

LUCA AND JACK, R$ 405. TAMANHOS DE 3 MESES A 4 ANOS, NO INFANTIL, E DO P AO G, NO ADULTO.

5 RECÉM-CHEGADO

A marca Molekinha agora também conta com opções para meninos, como essa sandália de napa para recém-nascidos, que vai deixar seu filho estiloso e confortável.

MOLEKINHO, R$ 44,90, TAMANHO RN.

7 MÓVEL DINÂMICO

Esse berço é multiúso. Com as mesmas peças, você pode remontá-lo em forma de cama, escrivaninha ou mesa de apoio. Assim, quando o bebê cresce, o móvel pode ser reaproveitado de diversas maneiras.

DIVICAR, R$ 2.843. MEDE 109,6 CM X 197 CM X 84 CM.

8 VIVA SÃO JOÃO

A celebração junina bate à porta. Na busca por acessórios para enfeitar as crianças, recorra a uma tiara com fitas coloridas, lacinhos e flores para sua filha arrasar no arraial.

CORES NOVAS, R$ 29,90. PARA CRIANÇAS A PARTIR DOS 2 ANOS.

FAZ DE CONTA

As fantasias da Geovanna Criança são feitas com materiais duráveis e nobres (como tafetá ou tule, da peça ao lado) e estimulam a imaginação infantil, sem abrir mão da sofisticação.

GEOVANNA CRIANÇAS, R$ 300. TAMANHOS DE 1 A 8 ANOS.

9 NAS PAREDES

As ilustrações da artista Talita Nozomi foram pensadas como obras de arte especialmente feitas para crianças. A ideia é que elas tenham o mesmo prazer que um adulto em uma exposição. Os quadros ficam lindos na decoração da casa ou do quarto do seu filho!

JACARANDAZINHO, R$ 220. MEDE 20 CM X 30 CM.

10 PARA SE ACONCHEGAR

Preenchida por fibra de poliéster siliconada, essa almofada tem formato maleável e serve tanto para a gestante na hora de dormir quanto para apoiar o bebê ao amamentar. Depois, auxilia no suporte para quando a criança começa a sentar.

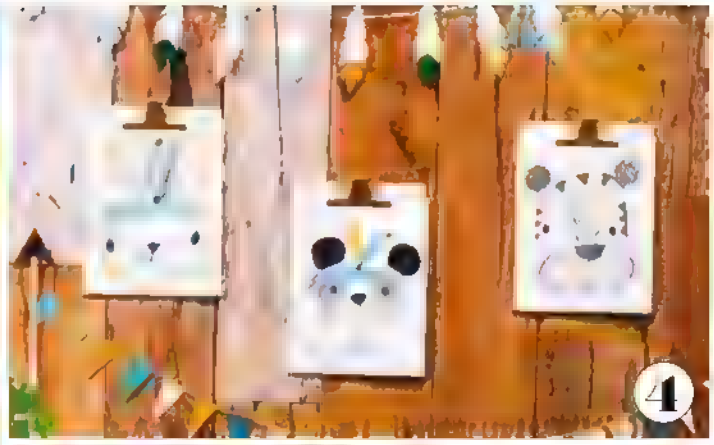
TURMA DA CEGONHA, R$ 269. MEDE 170 CM DE COMPRIMENTO.

FOTOS: DIVULGAÇÃO

BOSQUE ABORÍGENE

ELEMENTOS INDÍGENAS DERAM GRAÇA A ESSE TEMA CLÁSSICO, COM BICHOS USANDO COCAR E PENAS POR TODO LADO

TEXTO **NAÍMA SALEH**



COELHOS, ursos, cervos. Os animais do bosque decoram o quarto de Lucca desde que ele nasceu. E para comemorar o primeiro aniversário dele, a mãe, a administradora Beatriz Paulino, 34 anos, decidiu adotar o mesmo tema. "Não queria nada rococó. Pesquisei muitas referências na internet e adorei o resultado. Ficou infantil, mas com um quê de design", conta.

Além das boas ideias, como as silhuetas de animais e pinheiros feitas de cartolina, colocadas em frente à mesa do bolo (8), as referências aos índios americanos trouxeram originalidade. Filtros de sonho, flechas e tendas deram um ar folk à produção caprichada, feita pela Madrica Festas (SP). "Queríamos tudo bem artesanal", conta Adriana Gaspar, da assessoria de festas.

Realizado em um buffet em São Paulo, o painel de madeira parecia ter sido feito sob encomenda. Pendurados, os desenhos de bichos nas pranchetas e as bandeirolas (4) contribuíram com a atmosfera descontraída. Os doces foram uma atração à parte. Pães de mel (1) foram transformados em tendas, bolachas com tendas e filtros (2) ficaram espetadas em vasos de cerâmica e os cakepops de chocolate viraram cabeças de bichos (3), com direito à pintura nas bochechas. As folhas secas do topo do bolo (5) eram comestíveis, ao contrário das que estavam espalhadas pelo chão, que eram de verdade e ajudaram a criar o clima de bosque. Outro destaque foram os cupcakes (7), de limão e de doce de leite com banana, com toppers feitos de fotografias em preto e branco do aniversariante. Os tocos de madeira, que serviram de suporte aos quitutes, deram um ar ainda mais rústico à mesa. E a tendinha com luzes (6), feita especialmente para a ocasião, trouxe ainda mais magia a esse cenário encantador.

FOTOS ALINE NAGAR

DICA

ANIVERSARTE

Uma comemoração intimista, que coloque as crianças em contato com o universo artístico e cheia de cor! Essa é a proposta do Ateliê Ju Amora. Formada em Artes Cênicas, a artista Juliana Amorim, a Ju Amora, começou a pintar banquetas há mais de quatro anos e, em 2016, inaugurou um ateliê, onde ministra oficinas para adultos e crianças. Não demorou muito até que uma de suas alunas sugerisse fazer ali o aniversário da filha. "É um espaço onde as crianças entram em contato com a arte e podem produzir. A ideia é que elas fiquem o mais livres possível", diz ela. O local, que fica no bairro de Perdizes, em São Paulo (SP), tem capacidade para receber até 15 crianças com cinco adultos acompanhantes. Durante a festa, que dura quatro horas, Juliana dá uma oficina ensinando o passo a passo da pintura das banquetas, que depois são levadas para casa pelas crianças. Convidados a partir de 2 anos já podem participar, mas, a partir dos 4, eles aproveitam melhor a experiência. A família é livre para levar comidas, bebidas e a decoração que preferir. Não há despesas com locação, só uma taxa de R$ 110 por criança, que já inclui a banqueta e todo o material necessário para a customização.

CONFIRA UM ANIVERSÁRIO LINDO COM O TEMA MATRIOSKA

COLUNA

PARABÉNS JUNINO

Se o seu filho nasceu em junho (ou até em julho), uma das festas da infância dele quase certamente será uma comemoração à lá São João, com direito a bandeirinhas, balões decorativos, milho verde, paçoca, canjica, arroz doce... Claro que o tema pode ser adaptado e cabem mil variações: de um arraial do Sítio do Picapau Amarelo até uma festa junina com os animais da fazenda, mas as brincadeiras dificilmente fugirão das tradicionais. Vale pescaria, bola na lata, boca do palhaço, argola (e mais algumas opções que você já deve ter lido na seção Primeiras Palavras, no começo da revista), mas o mais bacana é fazer as gincanas entre as crianças e os adultos.

Na corrida do saco, por exemplo, os pequenos vão até o outro lado e os adultos voltam. As crianças adoram quando os pais participam das atividades e, posso garantir, a torcida delas é tanta que anima qualquer festa! Para não haver perdedores e ganhadores, reserve brindes para todos, independentemente de quem chegou em primeiro lugar. As prendas de cada brincadeira podem ser a lembrancinha. Já o correio elegante ganha uma versão especial: os convidados deverão deixar bilhetinhos para o aniversariante! E a quadrilha pode ser improvisada, mas não pode faltar...

DANIELA TÓFOLI É DIRETORA DE REDAÇÃO DA CRESCER E MÃE DA HELENA, 8 ANOS.

@ DTOFOLI@EDGLOBO.COM.BR

FOTOS DIVULGAÇÃO E GUTO SEIXAS /EDITORA GLOBO

A MAGIA DAS FADAS

SEIS MENINAS INSEPARÁVEIS CELEBRARAM A AMIZADE COM A PALETA DO ARCO-ÍRIS

TEXTO **NAÍMA SALEH** COM **VITÓRIA BATISTOTI**

1

2

3

4

5

6

1. MESA DIVIDIDA COM AS CORES DE CADA GAROTA. **2.** O BOLO COM AS SEIS FADAS NO TOPO. **3.** OS NOMES DAS MENINAS VIRARAM TOPOS DE DOCES. **4.** TRONCO DE BOMBOM RECHEADO DE BRIGADEIRO. **5.** CARAMUJO DE BOLO DE ROLO. **6.** SEMENTES QUE OS CONVIDADOS LEVARAM PARA CASA DE LEMBRANCINHA.

FAZENDO A FESTA, TODA SEMANA NOVAS IDEIAS DE COMEMORAÇÃO. **SEXTAS, ÀS 20H30, NO GNT.**

AMIGAS PARA SEMPRE. Assim são Ana Clara, Giulia, Maria Eduarda, Maria Paula, Natalie e Yasmin, todas com 9 anos. As meninas estão sempre juntas. Seja na escola, onde cursam o quarto ano, seja brincando durante o dia, seja no shopping ou no cinema. E não é de agora: a parceria vem de longa data... Elas são amigas há seis anos, desde que fizeram o maternal juntas. Um tempo enorme para quem sequer completou a primeira década de vida. Para festejar essa amizade, o programa *Fazendo a Festa* organizou uma comemoração com muita cor, inspirada em seres cheios de encanto: as fadas. "As meninas pensaram em celebrar a magia da natureza e quiseram elas mesmas se vestirem de fada, cada uma de uma cor", conta Cristina Doher, 44 anos, estudante de Psicologia e mãe de Natalie.

Para quebrar a frieza do salão de festas do prédio onde o evento aconteceu, a decoradora do programa, Flávia Nobre, transformou o espaço em um jardim. "Criamos um paisagismo com folhas naturais, propondo tendas de plantas", explica. Como são muitas meninas, seria impossível ter uma mesa só. Por isso, além dos três aparadores grandes, foram usados vários móveis menores, enfeitados com uma decoração que obedecia à gradação do arco-íris. Asas de fada, flores e luzinhas pendendo do arco de plantas ajudaram a criar uma atmosfera mágica.

O bolo, de chocolate com coco, imitava, na base, um tronco de árvore entalhado com a frase "amigas fadas". E, no topo, as miniaturas de seis fadinhas correspondiam às meninas. Os docinhos também fizeram referência a elementos da natureza, como os caramujos de bolo de rolo, os troncos de bombom e os bridageiros que foram coroados com borboletas e flores. Entre os salgados, havia pastéis, pães de queijo e minipizzas.

A diversão ficou por conta da pista de dança e das mesas de maquiagem e de penteados. Depois de se embelezar, os convidados podiam tirar fotos com tiaras de flores e varinhas de fada, levandos os cliques impressos na hora. Mas o grande mimo, que serviu de lembrancinha, foram os vasinhos com sementes de flores de girassol, onze-horas, dália e cravina. Que elas floresçam como recordação de um dia tão lindo...

FOTOS: EL SA MENDES/GNT

POR **TAMY RENTE** FOTOS **BRUNO MARÇAL/EDITORA GLOBO**

PAÇOCA JUNINA

COM POUCOS INGREDIENTES, É MUITO FÁCIL PREPARAR ESSE DOCE PARA O ARRAIAL DO SEU FILHO

TENHA EM MÃOS:

- 1 xícara (chá) de amendoim torrado sem sal
- 1/2 xíc. (chá) de açúcar
- 1 colher (café) de sal
- Assadeira
- Forminha de corte
- Processador de alimentos

1 Processe o amendoim torrado junto com o açúcar e o sal.

2 Coloque a mistura na assadeira e aperte bem para dar a liga. Dica: deixe na geladeira por 30 minutos para endurecer um pouco antes de cortar.

3 Com a auxílio das forminhas, corte as paçocas, retire-as delicadamente do acessório e acomode em um prato.

PARA LER

NO TOM

o menino à amiga. Diante de uma caixa com 12

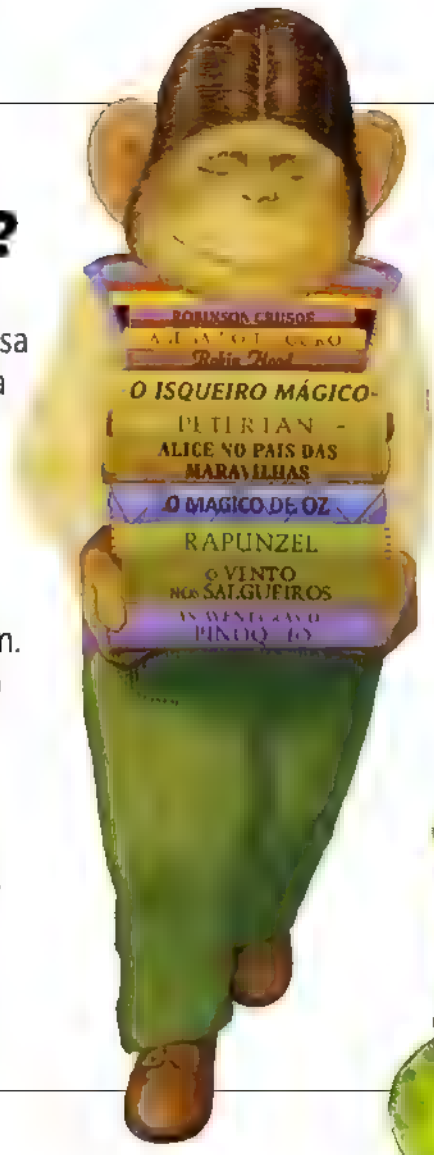
Assim começa a intrigante narrativa de Coraline
Os questionamentos da criança dão origem a

A COR DE CORALINE, TEXTO E ILUST
ALEXANDRE RAMPAZO, ROCCO PE
R$ 39,50. A PARTIR DE 4 ANOS

E AGORA?

Cada vez que o macaco Willy atravessa uma porta, uma nova história se inicia – só que nenhuma delas tem final. Então, o leitor é convidado a pensar como as tramas se desenrolam. É um ótimo exercício para estimular a imaginação infantil.

HISTÓRIAS DE WILLY, TEXTO E ILUSTRAÇÕES DE ANTHONY BROWNE, PEQUENA ZAHAR, R$ 49,90 A PARTIR DE 4 ANOS.



PARCERIA

Bia quer ser amiga de Nil, mas ela precisa descobrir o que o faz feliz. O autismo é abordado com delicadeza.

MEU AMIGO FAZ IIIII, TEXTO DE ANDRÉA WERNER E ILUSTRAÇÕES DE KELLY VANELI, EDITORA CR8, R$ 29. A PARTIR DE 4 ANOS.

BOA CONVIVÊNCIA

Compartilhar, ajudar, esperar... O livro apresenta esses conceitos tão abstratos (e importantes!) de forma leve.

AMIGOS, MUITOS AMIGOS, TEXTO E ILUSTRAÇÕES DE ADALBERTO CORNAVACA, PAULUS, R$ 29 A PARTIR DE 2 ANOS

ESPECIAL

Com ilustrações e texto pensados para as crianças, a autora R.J. Palacio reconta a história que a tornou conhecida. A narrativa ensina sobre gentileza e respeito às diferenças.

SOMOS TODOS EXTRAORDINÁRIOS, TEXTO E ILUSTRAÇÕES DE R.J. PALACIO, INSTRÍNSECA, R$ 29,90. A PARTIR DE 6 ANOS.

UM ENCONTRO CURIOSO

Era uma vez um porquinho-da-índia que vivia em uma gaiola, sempre comendo sozinho. Um dia, aparece um rato querendo conversar. Será que esse encontro vai acabar bem?

NHAC, TEXTO E ILUSTRAÇÕES DE CAROLINA RABEI, BRINQUE-BOOK, R$ 35. A PARTIR DE 2 ANOS

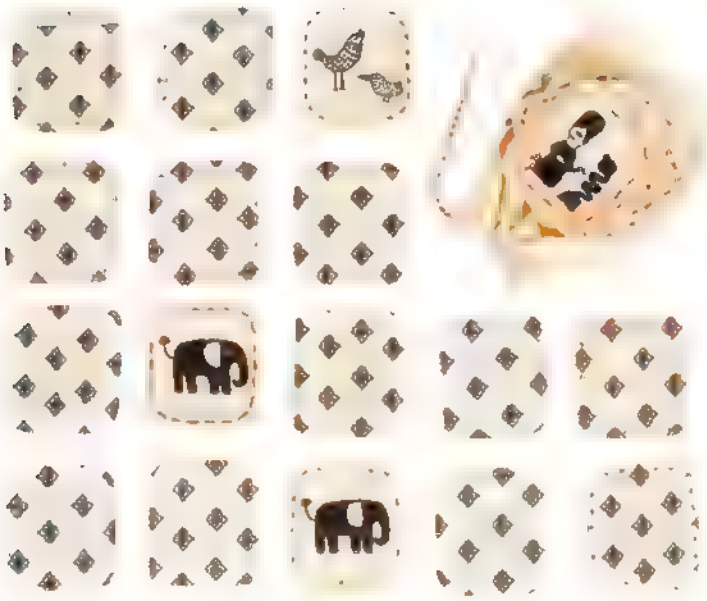
FOTOS REPRODUÇÃO

PARA BRINCAR

EU ME LEMBRO

O jogo da memória é um clássico da infância. Nessa versão, ele vem cheio de charme, produzido em tecido estampado. As figuras são de animais que remetem à Índia.

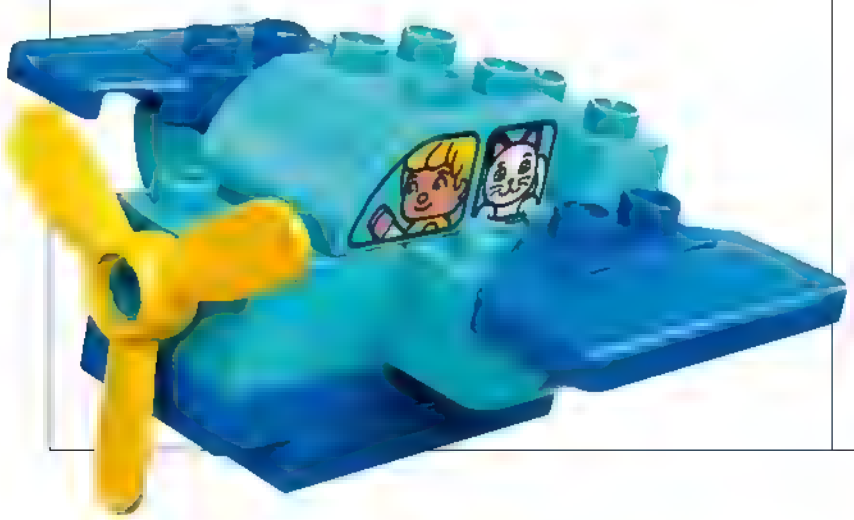
JOGO DE MEMÓRIA, FÁBULA, R$129 A PARTIR DE 4 ANOS.



MONTA E DESMONTA

A brincadeira de construir e encaixar blocos começa desde cedo com esse kit que traz peças grandes, próprias para as crianças mais novas. Estimula a coordenação motora.

MEU PRIMEIRO AVIÃO, LEGO DUPLO, R$ 39,90. A PARTIR DE 18 MESES.



OLHA A ONDA

Que criança não gosta de brincar de pirata? Esse conjunto inclui um navio-fantasma, um tubarão e mais duas figuras para criar histórias de arrepiar.

PLAYSET NAVIO SILENT MARY, SUNNY BRINQUEDOS, R$ 350. A PARTIR DE 3 ANOS

COMER, COMER

A casquinha de sorvete se esvazia quase como um passe de mágica. A boneca vem com babador, pente, vestido, colher e um pote de granulado para decorar o doce. Disponível nas versões negra, morena e loira.

BABY ALIVE SOBREMESA MÁGICA, HASBRO, R$ 270. A PARTIR DE 3 ANOS

SUSPENSE E AVENTURA

Quatro irmãos são os protagonistas de uma nova produção nacional para crianças. Após o misterioso sumiço de seus pais, o quarteto precisa enfrentar medos e superar desafios para descobrir o que aconteceu. A atriz Cláudia Abreu, além de atuar na série, é uma das roteiristas.

VALENTINS, GLOOB, ESTREIA PREVISTA PARA O DIA 12. EXIBIÇÃO DE SEGUNDA A SEXTA, ÀS 20H30. LIVRE

MAIS UM

O protagonista Gru reencontra seu irmão gêmeo, Dru, e precisa deter um vilão todo estiloso, que parece ter parado nos anos 1980. Risadas na certa! É o terceiro filme da série.

MEU MALVADO FAVORITO 3, UNIVERSAL, ESTREIA PREVISTA PARA O DIA 29. LIVRE

2 DE ANIMAIS...

1 ...incríveis! Uma aventura com dragão e unicórnio.

DORA E SEUS AMIGOS – MISTÉRIOS MÁGICOS, NICKELODEON, R$ 19,90. LIVRE.

2 ...esportistas! Os cachorros sabem jogar futebol e basquete.

PAW PATROL – COMEÇA O JOGO, NICKELODEON, R$ 19,90. LIVRE.

FOTOS: DIVULGAÇÃO

FÉRIAS ESTRANHAS

A família de Ozzy vai viajar e ele tem que ficar em um hotel para cachorros. Por fora, o lugar é maravilhoso, mas apenas os bichos sabem o que se passa lá dentro.

AS AVENTURAS DE OZZY, PLAYARTE PICTURES, ESTREIA PREVISTA PARA O DIA 1º DE JUNHO LIVRE.

PARA OUVIR

NO EMBALO

O primeiro álbum do quarteto Fera Neném foi batizado com o mesmo nome da banda. Com bateria, guitarra e baixo, eles fazem um som criativo. Agrada a crianças e adultos.

FERA NENÉM,YBMUSIC, R$ 25.

ILAN RESPONDE

A DESCOBERTA DA ARTE

"EM CASA, SEMPRE DEIXO À DISPOSIÇÃO PINCÉIS, TINTA, TELA E PAPEL. O MEU FILHO ADORA PINTAR, MAS NOTO QUE ELE AINDA NÃO SEGUE UM PADRÃO E TENDE A MISTURAR TODAS AS TINTAS. DEVO GUIÁ-LO DE ALGUMA MANEIRA?"

CAMILA VIEIRA, MÃE DE DAVI, 3 ANOS

– O percurso da vida educativa de um ser humano leva muitos anos, ao contrário de outros mamíferos que já chegam ao mundo com capacidades diversas, como o andar. O filósofo grego Aristóteles dizia que os bebês humanos não nascem prontos. Precisamos ensinar a eles muitas habilidades práticas e reflexivas, porém,não há pressa para isso. Uma criança na idade do seu filho precisa explorar livremente o gosto que tem pela pintura. Deixe ele mexer nas tintas, misturar, fazer formas diferentes e contar verbalmente o que está criando. Não quero dizer, contudo, que você não possa apresentar para ele ideias novas, mostrando os seus desenhos. Se ele quiser replicá-los, ajude-o nesse processo, sempre de maneira lúdica. Eu posso garantir a você que, com mais idade, o direcionamento virá da escola. Então, aproveite essa fase para curtir o mundo das cores e dos pincéis com o Davi e se preocupe somente em se divertir e passar bons momentos juntos. Espero tê-la ajudado e boa vida!

ILAN BRENMAN É PAI DE LIS, 13 ANOS, E ÍRIS, 10, DOUTOR EM EDUCAÇÃO E UM DOS PRINCIPAIS ESCRITORES DE LITERATURA INFANTIL DO BRASIL

CRESCER@ILAN.COM.BR

FOTOS DIVULGAÇÃO E GUTO SEIXAS/EDITORA GLOBO

À LA GARÇONNE
(11) 2364-3280
ALAGARCONNE.COM.BR

ANIMÊ
EUAMOANIME.COM.BR

ANTIKINHA
AMOANTIX.COM

BANANA DANGER
BANANADANGER.COM.BR

BRASCOL
0800-773-0000
BRASCOL.COM.BR

BRECHÓ BOROGODÓ
(11) 3813-2231

BEBÊ BOUTIQUE
(11) 3596-5200
BEBEBOUTIQUE.COM.BR

CHICCO
(11) 5182-5130
CHICCO.COM.BR

CHICLETARIA
CHICLETARIA.COM.BR

CORES NOVAS
(21) 2512-9577

DECATHLON
DECATHLON.COM.BR

DIVERSÃO
CALCADOSDIVERSAO.COM.BR

DIVICAR
DIVICAR.COM.BR

DOREL JUVENILE
BRAZIL.DORELJUVENILE.COM

GAP KIDS
(11) 3038-2588
GAP.COM

GEOVANNA CRIANÇA
GEOVANNACRIANCA.COM.BR

GREEN
LOJAGREEN.COM.BR

HERING KIDS
(11) 5041-1334
HERINGKIDS.COM.BR

JACARANDAZINHO
JACARANDAMONTAGENS.COM.BR

KIDY
(18) 3643-2524
KIDY.COM.BR

LICA VICENZI
LICAVINCENZI.COM.BR

LUCA & JACK
LUCAANDJACK.COM.BR

LUPO
SITE.LUPO.COM.BR

MELISSA
0800-979-8898
MELISSA.COM.BR

MINIWOOD
MINIWOOD.COM.BR

MOLEKINHO
(51) 3584 2200
MOLEKINHO.COM.BR

NETSHOES
NETSHOES.COM.BR

PARIZI
(11) 2692-2626
PARIZIJEANS.COM.BR

PUC
PUC.COM.BR

PUKET
(11) 3024-3930
PUKET.COM.BR

RENNER
(11) 2102-6800
LOJASRENNER.COM.BR

RESERVA MINI
(11) 3152-6410
USERESERVA.COM

RICHARDS
(11) 2186-9233
RICHARDS.COM.BR

SANTA LOLLA
(11) 5536-3474
SANTALOLLA.COM.BR

SPAZIO VINTAGE
(11) 3815-8480

TIGOR T. TIGRE
LILICAETIGOR.COM

TITETIS
TITETIS.COM.BR

TURMA DA CEGONHA
TURMADACEGONHA.COM.BR

UBER47
UBER47.COM.BR

VISCONDESCONDE
VISCONDESCONDE.COM.BR

VRK
(11) 3081-2919

OLHAR DE BEBÊ

O ser humano é um bicho insatisfeito. Quando criança, quer ser adolescente. Quando adolescente, não vê a hora de virar adulto. Quando adulto, se recusa a envelhecer. E quando envelhece, não quer encarar a morte. Sobrou o quê? A única fase do jogo da vida sem angústia do passado ou ansiedade pelo futuro é quando somos bebês!

No intervalo do almoço, converso com a jovem colega de trabalho sobre ter filhos. Ela tem um acordo com o marido dela que eles não terão. Nada contra crianças, esclarece, ela apenas não tem interesse no assunto. Conta que o mais difícil é lidar, sem perder a paciência, com a pressão da família e amigos ao redor.

Conheço outros casais na mesma situação. Respeito a decisão. Mas tenho certeza de que essa turma não tem ideia do que está perdendo. Depois da experiência de criar três filhos, não consigo entender como alguém pode abrir mão do privilégio de conviver com bebês, seres elevados acima da nossa compreensão.

Uma das coisas fascinantes neles é o olhar. Quando o bebê olha você ele realmente... olha! É uma mirada tão sincera e reveladora que, muitas vezes, não dou conta desse olho no olho. Sim, eu amo praticar esse esporte: encarar bebês.

Por algum motivo, eles também gostam de me encarar de volta. Já passei por cada situação constrangedora... Certa vez, no avião, um bebê me encarou assim que a família dele ocupou o banco à minha frente. O pequeno ser começou a brincar de trocar olhares pelas frestas dos assentos. Depois escalou o pescoço da mãe e me achou por cima do encosto quando demos juntos uma sonora gargalhada. Foi uma saia-justa. Me senti na obrigação de contar aos pais dele a nossa amizade instantânea. Creio que não entenderam a explicação. Até porque é inexplicável.

Na busca por uma explicação científica, para o fenômeno da minha prática de encarar bebês, aprendi uma palavra nova: neotonia, que vem da Biologia. Neotonia é quando um organismo adulto consegue manter dentro de si uma característica de quando era muito jovem. Em humanos, neotonia poderia significar o encontro de um adulto com sua criança interior, algo como uma "fonte da juventude". Talvez ajude a explicar como um adulto pode surpreender um bebê ao se mostrar parecido com ele. No meu caso, tenho vantagens extras: o meu penteado e o formato da cabeça.

> "NÃO CONSIGO ENTENDER COMO ALGUÉM PODE ABRIR MÃO DO PRIVILÉGIO DE CONVIVER COM BEBÊS."

Os bebês são pequenos budas. Sem angústia pelo passado ou ansiedade pelo futuro, vivem o tempo todo no momento presente. Este é o objetivo dos monges e praticantes de meditação quando procuram acalmar a mente se concentrando apenas na respiração.

No restaurante, onde almoço com minha amiga, observo o olhar agitado da maioria das pessoas fragmentado entre o prato de comida e o telefone celular. Quero contar a ela que Sidarta Gautama, a encarnação mais conhecida de Buda, tinha a mesma idade dela, 29, quando se iluminou. Só que ela não me ouve. Está encantada por um bebê que acaba de chegar, com seu olhar de Buda, dentro do carrinho dele, estacionado bem atrás de mim.

MARCELO TAS É JORNALISTA E APRESENTADOR DE TV, CASADO COM A ATRIZ BEL KOWARICK E TEM TRÊS FILHOS: LUC, 28 ANOS, MIGUEL, 15, E CLARICE, 11.

CRESCER@MARCELOTAS.COM.BR

FOTO: DANIELA TOVIANSKI/ED TORA GLOBO E REPRODUÇÃO

LÁGRIMAS NO MEIO DA SALA

A caixa de lápis de cor estava espalhada na mesinha da sala. Minha mãe sentou no chão ao meu lado, pegou um lápis azul e começou a colorir comigo a cauda do pavão. Fiquei feliz. De repente, gotas de água sobre o desenho. Ela estava chorando. Mais uma briga com meu pai.

Eu via minha mãe chorar. Acho que ela nunca se importou em nos esconder. Ou talvez tenha se preocupado em disfarçar algumas vezes e as lágrimas que vimos foram as inevitáveis. Mas, quando me lembro agora da abundância de seu choro pleno, custo a acreditar que foram muitas as vezes que o represou.

Minha mãe nos fez ver as lágrimas como parte da vida e não como descontrole ou vergonha. É claro que não era bom vê-la chorando, mas eu também estava acostumada às suas francas gargalhadas, o que me fez crer, desde muito cedo, que a vida era mesmo um festival de emoções impossível de se controlar.

Não sou tão chorona quanto minha mãe canceriana, mas, até ter meus filhos, deixava que minhas lágrimas tomassem seu curso em meu rosto quando bem entendessem. Mas tive filhos e, temendo que aqueles olhinhos ficassem tristes com minha tristeza, comecei a amarelar o sorriso no meio da sala e correr para o banheiro. Por quê? Instinto de proteção? Por que vi minha mãe chorar?

Francamente, acho que por culpa. Para protegê-los da sensação de acharem que eu chorava por causa deles, o que não era verdade. Mas, seria exigir muito dos pequenos que reconhecessem a diferença entre a mãe chorar por causa deles ou pelos desafios que eles colocavam a todo instante em sua vida. Por isso, preferia derramar meus mililitros secretamente nas águas do chuveiro.

Houve uma vez que, depois de um dia cheio, exausta das tentativas de negociação para fazer Nino entrar no banho, decidi sentar no sofá e ali mesmo, bem na sua frente, chorar. Chorei. Simplesmente e francamente. Ele pegou a minha mão e foi comigo para o banheiro.

Foi bom, mas não tive coragem de repetir. Apesar da eficácia de minhas lágrimas nesse dia e da beleza de minha mãe chorona, continuei a derramar as lágrimas no banheiro. Com meus filhos crescidos, voltei a chorar no meio da sala, mas tenho a sensação que poderia ter feito isso muito mais cedo.

> “É PRECISO QUE NOSSOS FILHOS NOS VEJAM CHORAR PRA COMPREENDER O HUMANO E EXERCITAREM A COMPAIXÃO E A INTIMIDADE.”

Apesar de, muitas vezes, as lágrimas expostas parecerem um truque baixo, é preciso que nossos filhos nos vejam chorar para compreender o humano e exercitarem a compaixão e a intimidade. Para que saibam que a gente chora, que é bom chorar, que eles podem fazer isso também, que alivia e constrói, que salva. É bom que saibam que lágrimas não pesam tanto, não precisam ser escondidas e que, correndo naturalmente sem represas, lavam e levam muita coisa. Quiçá tragam até mais risadas para o meio da sala.

DENISE FRAGA É ATRIZ, CASADA COM O DIRETOR LUIZ VILLAÇA E MÃE DE NINO, 19 ANOS, E PEDRO, 17.

DFRAGA.COLUNISTA@EDGLOBO.COM.BR

FOTO: GABRIEL RINALDI/EDITORA GLOBO

MELHORES AMIGOS

"NA HORA DA SONECA, DA PAPINHA, DAS ENGATINHADAS OU DO BANHO DO HENRY, LÁ ESTÁ O LOGAN GRUDADINHO. ATÉ PARTILHAM OS BRINQUEDOS. SINTO QUE O LOGAN É COMO UMA BABÁ PARA O MEU FILHO. É TANTO CUIDADO QUE ELE CISMA EM DAR O SEU OSSO PARA O BEBÊ! A CADA DIA QUE PASSA, ESSA AMIZADE TÃO PURA FICA MAIS FORTE."

BRUNA LOPES, MÃE DE HENRY, 8 MESES. SÃO PAULO – SP.

@ VOCÊ TEM UMA FOTO QUE REPRESENTA UM MOMENTO ESPECIAL? ENVIE PARA CRESCER EM ALTA RESOLUÇÃO (COM 300 DPI E MEDINDO, PELO MENOS, 15 CM X 20 CM). EXPLIQUE POR QUE ESSE INSTANTE FOTOGRAFADO É TÃO IMPORTANTE. E-MAIL: OLHARES@EDGLOBO.COM.BR.

BRAVÍSSIMO!

www.chicco.com.br

Alça regulável em altura para diferentes utilizadores.

Assento reclinável para total conforto do bebê.

Amplo cesto porta-objetos que pode ser facilmente acessado tanto pela frente

Assento removível para fácil tranformação.

Fácil fechamento, feito com uma única mão.
Extremamente compacto e fácil de carregar.

BRAVO

OBSERVATÓRIO
• CHICCO •
BABY RESEARCH CENTER

chicco

HUGGIES®

A fralda do seu bebê deixa que ele se desenvolva sem interrupções?

Chegou a nova Huggies Supreme Care com a exclusiva camada de proteção[1] MaxiSec™, que absorve o xixi e a mantém até 3 vezes mais seca[2]. Com ela, seu bebê fica sempre pronto para um mundo de descobertas. Experimente. **#AbraceComHuggies**

[1]Exclusividade Huggies Brasil no mercado de fraldas infantis.
[2]Comparada com a versão anterior de Huggies Supreme Care.

Ogilvy